



PM Ås by Night & Fog Cup #4 tirsdag 12. januar 2021

Det er en glede å ønske velkommen til løp nummer fire!

Personer som har symptomer på luftveisinfeksjoner, skal ikke delta (heller ikke ved milde symptomer). Dette gjelder også personer som er i karantene eller isolasjon. Personer i risikogruppe anbefales på generelt grunnlag å ikke delta i arrangementer. Det forutsettes at alle som skal delta på løpene følger gjeldende retningslinjer fra FHI i forbindelse med reise til løpet. Hold avstand på arena og til/fra start. Dusjing med antistoff før registrering avlesing av brikke.

Se også opplysninger i innbydelsen. Tilleggsopplysninger er:

Løyper/klasser: Alle løypene har mellomdistansepreg.

Løype/Nivå	Klasser	Lengde	Stipulert vinnertid
1: A-Lang	H 17-	4,4 km	30 min
2: A-Kort	D 17-, H 17- AK, ÅbN&FC Masters* Men	3,2 km	28 min
3: B	ÅbN&FC Masters* Ladies B-Åpen	2,3 km	30 min
4: C	D 13-16C, H13-16C, C-Åpen	2,2	20 min

Terreng: Detaljrikt terreng. Noen bratte furukoller og litt tett kratt. En del stier og åpne gressplener i løpsområdet. Terrengnet var snøfritt 10. januar, men det har kommet litt lett sporsnø etter det.

Start: Ved HC-dassen. 600 m langs vei, nordvest for arena. Merket med reflekser.

Kart: Breivoll 1:7 500, utgitt i 2020 av Ås IL. Synfart av Kristen Treekrem. Det er ryddet og merket en ny sti i terrengnet som både løpere i A-kort og A-lang vil komme i kontakt med. Denne er ikke trykket på kartet, men oppslag av denne vil bli vist på start.