



PM - Løp 1 18.9 2013

Velkommen til årets Harry Lagerts nattcup !

Oppmøte Skar, Innerst i Maridalen, Øvre P-plass. (Ingen merking)

Starttidsrom Første start **kl 20:00**, siste start (ca) kl 21:00. Mål stenger **kl 22:15**

Startsted Ca 200m å gå på grusvei.

Klasser og løypelengder	Klasse	Nivå	Km
	A - Legendar	A	3.4
	B – Ola og Kari	A	3.4
	C - Lokal	A	3.3
	R – Rekrutt	C/N	2.3

Rekruttløypa krever god kartkontakt hele tiden. Løypa har ett vanskelig strekk, men med sikker mulighet til å ta seg inn på vei.

Kart Utsnitt av NM-kart, målestokk 1:10 000, utgitt 2012.

Terreng-beskrivelse Variert, noe småkupert og en del skråli. Stort sett eldre barskog med god løpbarhet, men også et parti med tettere skog. Det er lite myr i terrenget, så selv om det er vått etter mye regn i det siste er løpbarheten god.

Startordning Fri start, etter Harry Lagerts kølapp-metode. Ved oppmøte / registrering mottar du en nummerert loddsseddel og tar denne med til start. Ved kø på start starter laveste nummer først.

Tre startkøer: En for A+B, en for C og en for rekrutter.
Følg starterens anvisninger. Vis god køkultur!

Målgang og resultater Etter stempling på målpост registreres brikke på MTR i teltet.
Løperne har selv ansvar for å bli registrert ved mål. Strekktidslapp utleveres og anvendt tid noteres på startlistene.
Resultater presenteres så raskt som mulig på web'en

Se <http://nydalen.idrett.no/orientering/arrangementer/harry-lagert/>

Funksjonærer Løpsleder: Sören Jonsson
Løypelegger: Egil Rundberget
Tidtaking og resultater: Jon Petter Nielsen

