PM BJØRNARLØPET Lørdag 26. oktober 2013

Arena / samlingsplass:
Selbuskogen Skisenter. Kiosksalg.

Kart / løype:
Selbuskogen, målestokk: 1:10 000, utgitt 2011. Det er et lite hogstfelt som ikke er merket på kartet, dette er angitt på kartoppslag på arena. På grunn av byggeaktiviteter ved arena / skistadion mangler kartet oppdatering på opparbeidet vei med fast dekke i løypene og på en del av myra på stadion.

Løyper:
- Bjørnarløypa 13,7 km; Damer, herrer
- Pætløypa 6,6 km; Damer, herrer
- Litjpætløypa, 4,3 km; Damer, herrer

Spredningsmetode benyttes på Bjørnarløypa D/H og Pætløypa D/H.
Det kan ligge noe snø i terrenget, men dette er i så fall begrensede mengder.
Terrenget er kupert og med mange myrer. Det kan regnes som et nokså fysisk tungt terreng.
Det er en drikkestasjon, denne er merket i kartet og på postbeskrivelsen.
Postbeskrivelser er trykt på kartet. Ingen løse postbeskrivelser

Start / tidtaking:
Det er ca. 700 m å gå langs vei fra arena til start.
Det er ikke lagsposer, PM legges ut ved sekretariat og henges opp til oppslag på arena.
Ingen startnummer. Løperne må selv merke seg sitt startnummer, og velge riktig kart ved start.
Backuplapper hentes ved sekr/etteranmelding, **skriv startnr på backuplapp.**
Fellesstart for alle løyper i to puljer;
- Bjørnarløya Damer og Herrer kl. 11:00
- Pætløypa Damer og Herrer og Litjpætløypa Damer og Herrer klokken 11:10.

Det er ikke startpost.
Oppvarming skjer på vegen fra arena til start.
Alle må huske nulling av brikke før start!
Oppvarmingstøy blir brakt tilbake til arena.

Målgang:
Rekkefølge passering målseil gjelder. Stempling på målbukk 2-3 meter bak målseil.

Dusj:
Det er dusj på arena.

Ikke overraskende er det vått i terrenget! Vi ønsker alle løperne lykke til og god tur i skogen!

Stjørdals-Blink orientering