



## Innbydelse

Løp #3 i treningsløpserien  
"Ni-Nitti-Nittedal"

### Lørdag 23.september kl.12.00

Vi inviterer til treningsløp i løypene som blir benyttet i kretsmesterskap i nattorientering fredag 22.september fra skistua på Sørli, Rotnes.

Rikt utvalg av løyper med ulike lengde og vanskelighetsgrad. Noe for alle med andre ord. Vi har laget en litt lengre løype med C-nivå for de som ønsker å løpe litt lenger, men er relativt ferske med orientering.

Orienteringsgruppa vil gi enkel veiledning for de som måtte ønske dette, og bortsett fra klær og sko, får du låne det du trenger av oss.

**Sted:** [Sørli v/Skistua](#),

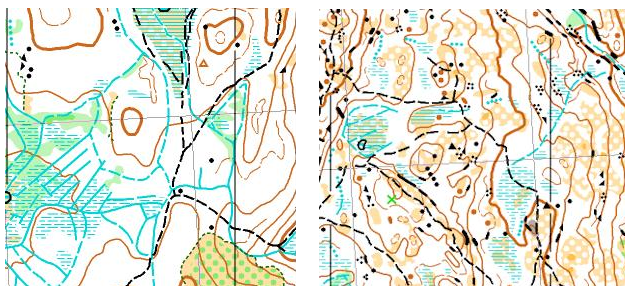
**Adkomst/Parkering:** Utfartsparkeringen Sørli, 300 meter fra skistua

**Start:** Start når du ønsker mellom kl.12 og kl. 13.30 Det er ca 800 meter å gå/løpe til start oppe i Lurslia.

#### Løyper og klasser: (klasser i parentes)

Løyper	Klasser	Nivå	Lengde ca.	
1	Svart A lang	A	6,5 km	1:10 000
2	Svart A mellomlang	A	5,1 km	1:10 000
3	Svart A mellomlang	A	4,2 km	1:7500
4	Svart A kort	A	3,6 km	1:7500
5	Rød	B	2,7 km	1:7500
6	Blå lang	C	4,4 km	1:7500
7	Blå kort	C	2,8 km	1:7500
8	Nybegynner	N	1,9 km	1:7500

**Kart:** Luringen, revidert 2022-2023. Målestokk 1:10 000 og 1:7 500, 5m ekv. Vi håper å kunne tilby restopplag fra KM av kart printet på vannfast papir. Evt. Vil det være vanlig print i plastposer.



1 To kartutsnitt

**Terreng:** Flott, middels kupert Nittedalsterreng. Både gran- og furuskog med mye åpen fin skog, men også innslag av tettere skog og myr. Mye brukt turterreng med stedvis mange stier. NB! Ikke love til å krysse(svømme) over vann. Kryssing av jernbanen skal skje via undergangen Luringen.

**Påmelding** <https://eventor.orientering.no/Events/Show/18880>

Eller ved oppmøte.

**Tidtaking:** Med bruk av EKT-brikke. Du får låne brikke om du ikke har selv

**Løypelegger:** Hans Trøan

VELKOMMEN!