



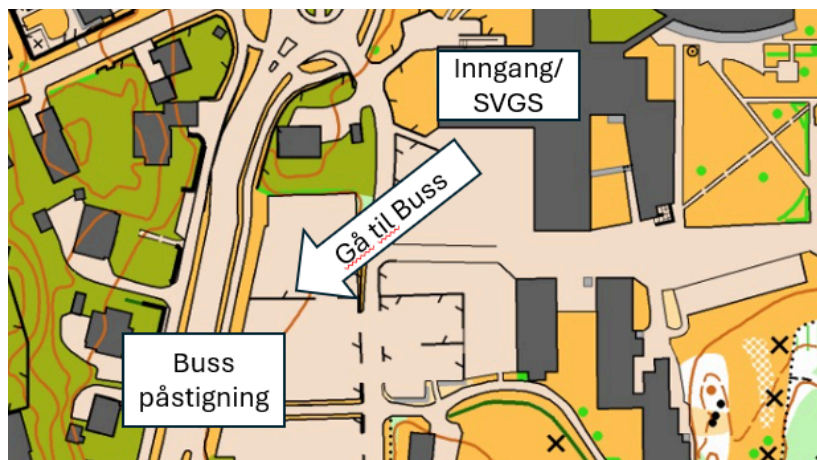
PM Fortrening Heisetra 1. august 2025



Transport

Det organiseres busstransport fra Sandefjord Videregående Skole (SVGS) til trening på Heistra. Ca. 30 minutters kjøring. Løperne får ca. 2 timer til å trene i terrenget før bussen kjører tilbake.

Bussene kjører fra busstoppet [vest for Sandefjord videregående skole. \(Sandefjord vgs. II\)](#)
(link til google maps: <https://maps.app.goo.gl/7KJuEWHEeXyAgfHi8>)



Transportplan:

Bussbillett er forhåndsbestilt via Eventor, men det er fortsatt noe ledig kapasitet på de ulike bussavgangene. Det er derfor mulig å bestille billett på stevnesenteret SVGS frem til bussavgang eller når bussene er fylt opp. **Billetter må bestilles på forhånd.**

Pulje	Avgang fra SVGS	Retur fra Heistra
1	11:00	13:30
2	12:30	15:00
3	13:30	16:00

Retur fra Heisetra: Deltakerne må følge oppsatt returbuss for sin pulje. Det er kretsledernes ansvar å sikre at alle utøverne kommer tidsnok tilbake fra skogen og følger oppsatt bussavgang. Deltakerne må registrere seg på bussen både ved avreise fra SVGS og fra Heisetra.

Kontaktperson på Heisetra: Arrangøren har kontaktpersoner tilgjengelig på arena/busstopp.

Egen transport: Deltakere med egen transport i biler kan benytte parkeringen tilknyttet Heisetra turisthytte, <https://maps.app.goo.gl/yBmw2j373i5wot1j9> Se oppsatt skilt for betaling for parkering (Vipps)

Det er en bro inn til parkeringsplass, arrangøren tar ikke ansvar for at denne kan passeres med buss. Busser henstilles derfor til å slippe av løpere ved området merket "busstopp". Her er det ikke plass til å parkere busser mens løpere er ute i skogen. Ventede busser må kjøres tilbake til parkering ved Snappen. <https://maps.app.goo.gl/16WhM3X8PxuKhx6e7> .

Arena

Ankomst Heisetra: Bussene stopper ca. 500m fra arena. Følg merkingen langs veien mot Heisetra turisthytte.

Heisetra turisthytte er utleid denne dagen, men vi kan benytte området rundt annekset ("Slirabu") som ligger nord for Heisetra (ved det samme tunet).

Det er ikke anledning til å gå inn i noen av hyttene. Ved behov kan det settes opp telt på det åpne området vest for arenaen.

Toaletter: Det er toalettvogn på parkeringen til Heisetra (ca. 300m fra arena). Ingen toaletter ved Heisetra.



Drikke: Deltakerne må ta med egen drikke.

Kartutskrift:

Deltakere som ikke har bestilt kart på forhånd kan ordne dette ved stevnesenteret på SVGS. Kartutskrift m/plastlomme koster kr. 50 og må betales på **Vipps #930034**. Deltakere som skriver ut eget kart må betale kr. 30.

Utlevering av kartutskrifter: Deltakere som har bestilt utskrift av kart kan hente disse på løpskontoret før avreise til Heisetra (med mindre ikke noe annet er avtalt med arrangøren).

Løypetilbud:

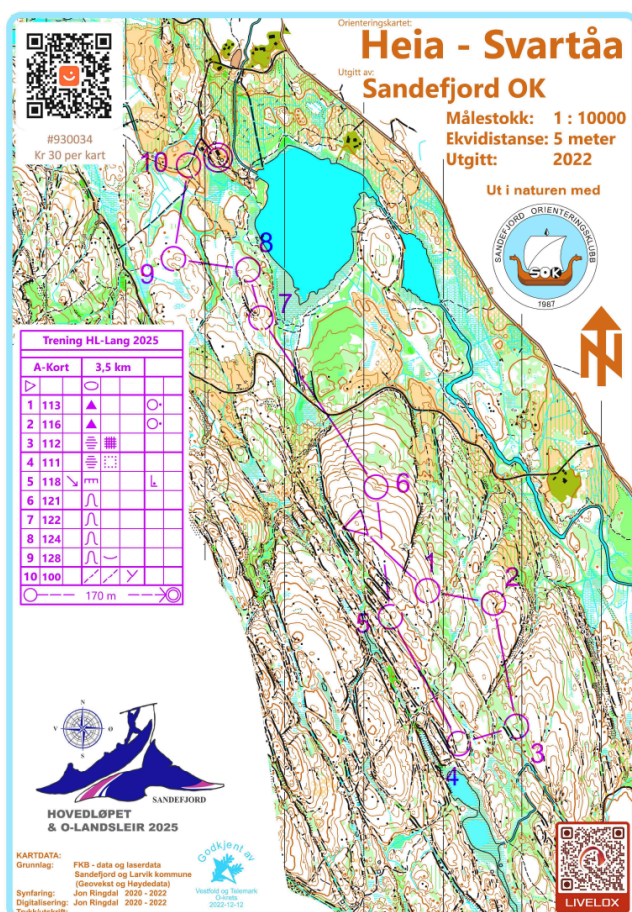
Det tilbys 4 løyper på A, B og C-nivå. Det er de samme løypene som er brukt i treningspakken. For utøvere som allerede har løpt disse løypene, så tilbys et kart med alle poster og uten poster for å kunne lage egne varianter. Det er også tilgjengelig en o-intervall som går i det samme området.

Postmarkeringer: Det er postskjermer på alle poster. Det gjelder også o-intervallene, bortsett fra startpunktene som er merket med røde-/hvite merkebånd.

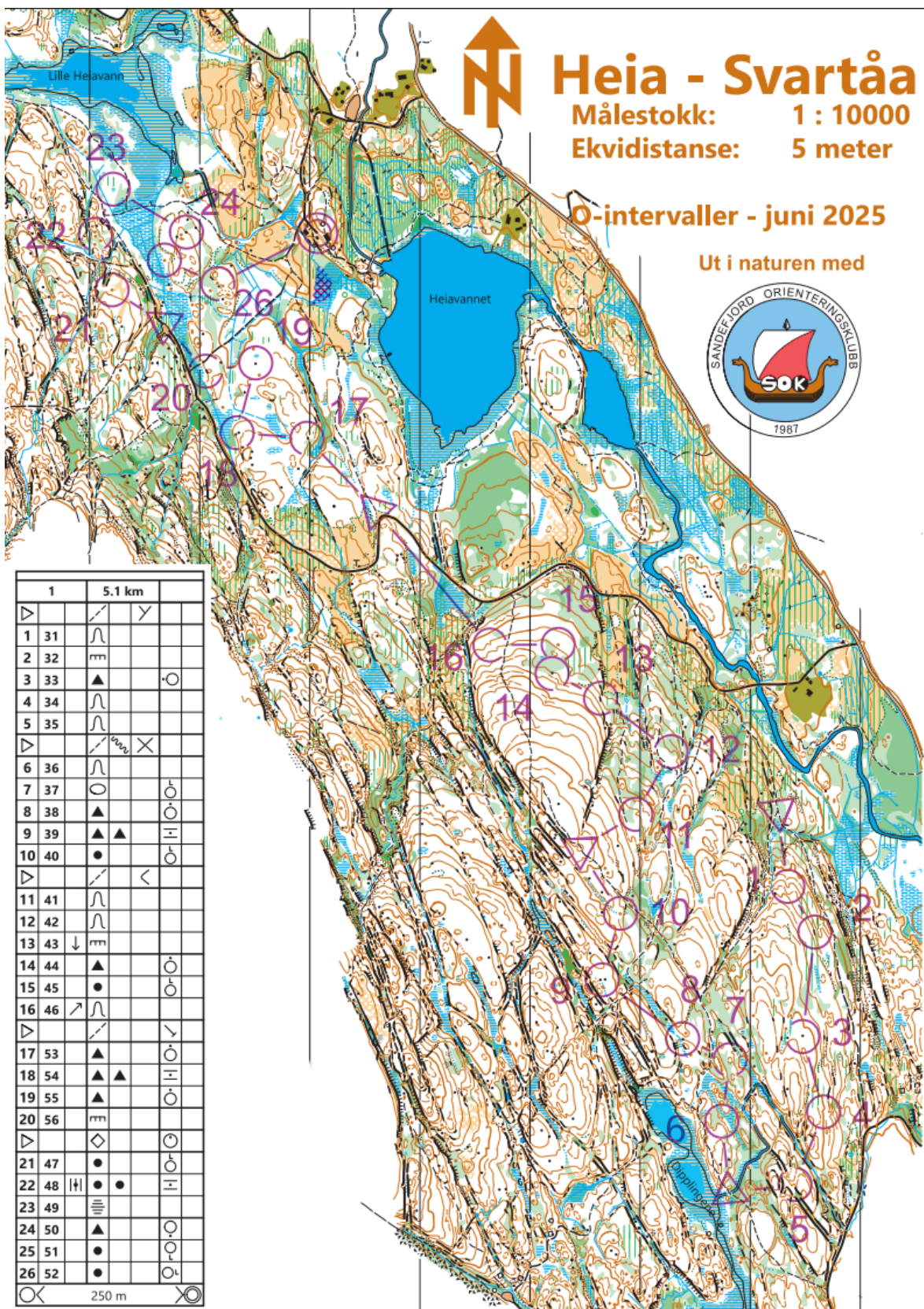
Her finner du kartene: Kart kan lastes ned fra websiden, <https://hl25.no/>

Oversikt løypetilbud

A-nivå: 4.9 km og 3.5 km



A-nivå: O-intervaller 5.1 km



B-nivå:

Orienteringskartet:
Heia - Svartåa
Utgitt av:
Sandefjord OK
Målestokk: 1 : 10000
Ekvidistanse: 5 meter
Utgitt: 2022

Ut i naturen med

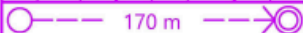
 1987




#930034
Kr 30 per kart

Trening HL-Lang 2025

	B	3,4 km
1	119	
2	110	
3	111	
4	115	
5	116	
6	103	
7	102	
8	105	
9	122	
10	124	
11	100	

 170 m


SANDEFJORD
**HOVEDLØPET
& O-LANDSLEIR 2025**

KARTDATA:
Grunnlag: FKB - data og laserdata
Sandefjord og Larvik kommune
(Geovekst og Høydedata)
Synfaring: Jon Ringdal 2020 - 2022
Digitalisering: Jon Ringdal 2020 - 2022
Trykk/utskrift:

Godkjent av

Vestfold og Telemark
O-krets
2022-12-12


LIVELOX

C-nivå:

