

PM

Gjø-Vard O-lag ønsker velkommen til første løpet i Vestmjøsa cup.

Kart:

Kopperud skole, utgitt 2012

Målestokk 1:5000. Ekvidistanse 2,5 m. Sprintnorm.

N og C løpere får kart på samlingsplass. A og B løpere tar kart ved start.

Terreng:

Alle løypene går i boligområder med innslag av friarealer/parker. Siden løypene går i et tett befolket boligområde er det veldig viktig at løperne viser hensyn til hager/private områder.

Den lengste løypa (nivå A, 2,8 km) krysser hovedvei. Løperne må se seg godt for og vise hensyn. Det er ingen vakter ved passeringspunktene.

Start:

Fri start fra kl 18.00 – 19.00.

Løyper:

Åpen klasseinndeling.

Løype nivå N: 1,2 km

Løype nivå C: 1,5 km

Løype nivå B: 1,9 km

Løype nivå A: 2,8 km.

Løpsleder: Terje Gullord

Løypelegger: Øyvind Lien

Det er verken dusj eller toalett på arenaen.