



PM

Nydalten 2014, søndag 25.mai 2014

- Arena** Sandermosen Stasjon
- I samarbeid med stasjonsmesteren på Sandermosen stasjon arrangeres årets Nydalten fra stasjonen. Noen tog kommer til å passere i løpet av arrangementet. Alle må oppholde seg i god avstand fra jernbanen. Det vil bli utplassert vakter ved passeringspunktet.
- Merket fra** Maridalsveien, i rundkjøring ved avkjøring fra Ring 3 mot Maridalen
- Offentlig kommunikasjon** Ta toget til o-løp. Det er ingen vanlige stopp på Sandermosen Stasjon, men dette har vi løst.
- Tog fra Oslo S kl 9.42 stopper på Sandermosen Stasjon 9.59.
Stopper på Grefsen, Nydalen og Kjelsås stasjon på vei til løpet.
Etter løpet er det avgang fra stasjonen kl 14.28 i retning Oslo.
- Parkering** Langs Greveveien, følg instruks fra parkeringsvakter. I forbindelse med løpet er Greveveien enveiskjørt retning nordover. Det er ingen parkeringsmuligheter inne på stasjonsområdet. Opp til 1200 meter å gå langs vei til arena.
- Det er ingen parkeringsavgift.
- Første Start** Første ordinære start er kl 11.00.
N-Åpen kan starte fra kl. 10.00
- Etteranmelding** Etteranmelding i Eventor inntil lørdag 24/5 kl 19.00
- Deretter etteranmelding på arena inntil kl 10.00 eller så lenge det er ledige kart.
- Startsted** Felles startsted for alle klasser, ca 10 minutter å gå NØ fra arena. Følg merking.

Klasser og løypelengder	Klasse	Nivå	Km	Klasse	Nivå	Km
	N Åpen	N	2,0	D 15-16	A	4.6
	D 11-12N	N	2,0	H 15-16	A	5.7
	H 11-12N	N	2,0	D 17-18	A	5.7
	D 13-16N	N	2,9	H 17-18	A	6.3
	H 13-16N	N	2,9	D 17 AK	A	4.6
	D 13-16C	C	3.2	H 17 AK	A	5.7
	H 13-16C	C	3.2	D 19-20	A	6,3
	D -10	N	2,0	H 19-20	A	7,4
	H -10	N	2,0	D 21-	A	7.4
	D 11-12	C	2,4	H 21	A	9.7
	H 11-12	C	2,4	D 35-	A	5.7



D 13-14	B	3.2	H 35-	A	7.4
H 13-14	B	3,4	D 40-	A	4,6
D 17 B	B	3.2	H 40-	A	6.3
H 17B	B	3.4	D 45-	A	4,6
D 17C	C	3.2	H 45-	A	6.3
H 17C	C	3.2	D 50-	A	3,4
D 17N	N	2,9	H 50-	A	5.7
H 17N	N	2,9	D 55	A	3,4
D 60	A	2.7	H 55-	A	4,6
D 65	A	2.7	H 60-	A	3.4
D 70-	A	2.7	H 65-	A	3.4
H 70-	A	2.7			
D 75-	A	2.7			
H 75-	A	2.7			
H 80-	A	2.7			
H 85-	A	2.7			

Kart

Vaggestein Sinober, utgitt 2012, målestokk 1:10.000

Løypene er trykt på offsettrykte kart fra NM 2012. Kartet er tegnet for å kunne leses i 1:15000 og er derfor godt lesbart i 1:10000.

I den korteste løypa er det merket mellom 2. og 3.post pga høyere vanskelighetsgrad. Merket løype er tegnet inn på løpskartet.

Terreng- beskrivelse

Middels kupering, noen slakere partier. Vegetasjonen består av løvskog og barskog av varierende løpbarhet – blandet med raskere furuskog med god sikt.

Lagsposere / kart <= 12 år + N klasser

Lagsposere med startlister pr klubb utleveres på løpskontoret. Lagsposene inneholder kart til løpere <= 12 år og øvrige N-klasser. Følgekart i svart / hvitt til N-Åpen løypa er også tilgjengelig på løpskontoret.

EKT

EMIT-brikker skal benyttes.

Brikkelapper finnes ved start.

Endring i brikkenummer må meldes til løpskontoret før start for at løpet skal bli godkjent. Avgift kr 20 påløper ved endring av brikkenummer.

Postbeskrivelse

På kartet. Løse postbeskrivelser finnes ved start

Startprosedyre

Oppropstid 3 min før start. Nulling ved start. Kart fåes i startøyeblikket.



	Klasser med fri start henvender seg til egen bås. Løpere ≤ 12 år og øvrige N-klasser må huske å ta med kart som er utlevert fra løpskontoret.
Resultatservice	Oppslag på arena
Premiering	Premier til alle tom 12 år. 1/3 premiering 13-16 år. 1/8 premiering i junior- og senior-klassene. Premie til klassevinnere ≥ 35 år.
Småttroll	I nærheten av krysset Greveveien / innkjøring Sandermosen Stasjon. 100 meter fra stasjonen Startkontigent kr 30,-
Barneparkering	På stasjonen. Dette er gratis.
Toaletter	Toalettvogn er plassert ved stasjonen. Noen ekstra toaletter blir etablert for å avlaste evt kø. Det er ikke toaletter ved start.
Vask	Våtklut
Førstehjelp	Førstehjelpspunkt på arena, ved løpskontor
Funksjonærer	Løpsleder Helge Stubberud Mob 922 66 947 Løypelegger Gaute Langaas TD Endre Hallan, Lillomarka OL

Velkommen til Maridalen
LYKKE TIL !