



## PM

### Foll-O-karusellen #5, Vitenparken, NMBU

onsdag 3. september 2014

- Parkering:** Ved idrettshallen GG-hallen (<http://tinyurl.com/gghallen>). Merket fra rundkjøring på FV152 (1,6 km østover fra E6 Korsegården, og 1,3 km vestover etter passering av Esso-stasjonen ved Ås sentrum dersom du kommer fra E18).
- Fra P til arena:** Arena markert i Eventor. Mindre enn 5 min gange fra parkering. Se kartskisse på s.3.
- Offentlig transport:** 20 min å gå fra Ås stasjon (<http://tinyurl.com/frastasjon>). Busser trafikkerer nokså regelmessig FV152 (<http://tinyurl.com/busseksempel>).
- Tid og start:** Fritt valgt starttidspunkt mellom kl 17:30 og 18.30. Start fra arena. Kart tas fra bokser merket med løype og klasser i startøyeblikket, bortsett fra D/H -12N som får kart i sekretariatet ved registrering. Kartene er ferdig plastet.
- Klasser/Løyper:** Merk at vi har slått sammen løypene "2,0 km" og "2,5 km", i forhold til vanlig Foll-O-karusellstandard. På grunn av løpets karakter (parksprint, der alle løypene har lavere vanskegrad og kortere løpstid enn når det løpes i skog), så gir det ikke stor mening å skille disse to løypene. Åpen C løper 2,5 km og Åpen B løper 3,0 km.

Løype	Klasser	Faktisk lengde	Omtrentlig andel skog
"6,0 km"	H17	5,1 km	20 %
"4,0 km"	H 15-16, D 17, H 40, H 50	4,2 km	15 %
"3,0 km"	D 15-16, D 40, D 50, D 60, H 60, H70, Åpen B	3,1 km	5 %
"2,5 km"/ "2,0 km"	D 11-12, H 11-12, D 13-16 N, H 13-16 N, D 13-14, H 13-14, D70, Åpen C	2,4 km	< 5 %
"1,5 km"	D -12N, H -12N	1,5 km	< 5 %
"LangLett"	LangLett	4,0 km	< 5 %

- Terreng:** NMBU-parken er sentral i alle løypene. Parken er et av de største og mest gjennomførte anlegg i nyklassisistisk stil i Norge og et av de fremste også i nordisk sammenheng. Parken preges for tiden noe av anleggsarbeider, så dere vil kunne se en del sperregjerder. De tre øverste løypene i tabellen over vil også gå på husdyrbeiter og i nærskog med en del stier og lysløype.
- Kart:** NMBU-parken, 1:5 000, 2,5 m, utskrift. Kartet revidert i henhold til [ISSOM](#) (sprintkartnormen) til løpet, med NM-kartet fra 2004 som grunnlag.
- Spesielle forhold:** I forbindelse med beiter er det noen gjerdeåpninger på kartet som er stengt med grind i virkeligheten. Det skal være mulig å klatre forsiktig over. Dersom du åpner en grind skal denne lukkes igjen før du løper videre.

Det finnes eksempler på gjerder som er tegnet som passerbare, men kan oppleves noe utfordrende. Vis hensyn ved evt. kryssing, og ta gjerne hensyn til en evt. forsinkelse når du gjør veivalg som du ser innebærer gjerdekryssing. Disse spesielle forholdene gjelder i veldig liten grad de to korteste løypene.

**Trafikk:** Alle løyper vil enten krysse eller ha mulig veivalg langs trafikkert vei, så vær oppmerksomme og vis hensyn!

**Forbudte områder:** Sprintkartnormen<sup>1</sup> gjelder. Spesielt nevner vi at det er strengt forbudt å løpe inn i områder markert på kartet med "hagegrønt" og den aller mørkeste grønnfargen, og strengt forbudt å krysse upasserbare murer (tykk svart strek) og upasserbare gjerder (tykk svart strek og doble haker). Det er heller ikke tillatt å krysse mørkeblått vann (lønner seg ikke heller!) eller løpe inn i bygninger med mørk grå farge (lys grå indikerer tillatt passasje under bygning).

Selv om du i terrenget skulle finne åpninger i slike detaljer er det likevel ikke tillatt å snike seg gjennom. Det oppfordres i tillegg til å vise hensyn og løpe rundt alt av blomsterbed og prydbeplantning selv om de skulle vise seg å mangle på kartet eller være kartlagt med et symbol som betyr tillatt.

Eksempler på karttegn som angir forbudt å løpe/krysse:



**Løpetrykk:** Løype ferdig utskrevet på løpskartet.

**Påmelding:** På Eventor til kl 15.00 løpsdagen, etter dette fra kl 17.00 på arena.

**Tidtaking:** EKT (så husk brikke ... fortrinnsvis den du meldte deg på med, eller har brukt på tidligere løp i karusellen)

**Premiering:** Se informasjon om premiering på <http://follokarusellen.com>  
Sammenlagtpremiering løpende så fort det lar seg gjøre etter de aktuelle løperne har kommet i mål. Uttrekspremier til slutt.

**Kiosk:** Kaker og kaffe

**Løypeleggere:** Jo Inge Fjellstad, Ivar Maalen

**Løpsleder:** Jo Inge Fjellstad (419 32 631, [joinge.fjellstad@gmail.com](mailto:joinge.fjellstad@gmail.com))

<sup>1</sup> Sprintkartnormen kan leses i sin helhet her: [http://orienteering.org/wp-content/uploads/2010/12/International-Specification-for-Sprint-Orienteering-Maps-2007\\_corrected-201211.pdf](http://orienteering.org/wp-content/uploads/2010/12/International-Specification-for-Sprint-Orienteering-Maps-2007_corrected-201211.pdf) Det er mye å sette seg inn i, men alle kartsymboler som angir forbudte områder har tydelig rosa tekst, så det går greit å skimme gjennom etter det viktigste.

Kartskisse (røde piler = atkomst bil, blå prikker = gangvei til arena):

