PM KM SPRINT ORIENTERING
for VAOK og AAOK
lørdag 2. mai 2015

Frammøte/parkering: Lillesand sentrum

Samlingsplass: Guttebukta v/Julebauen

Start : Minuttstart fra kl. 16.00
900 m til start, følg røde og hvite merkebånd
70 m til startpost fra tidsstart

Kart : Lillesand sentrum, utgitt 2013, revidert 2015
Kartet følger sprintkartnormen ISSOM 2007
Barn under 12 år kan hente kart hos løpskontoret før start

Klasser	Løypelengde	Stigning	Poster
H 21, H 17-20	2,3 km	82 m	20
D 21, D 17-20, H 15-16, H 40, H 50	2,3 km	74 m	19
D 15-16, H 60, H 70, D 40, D 50, D 60, D 70	1,7 km	62 m	16
H 13-14, D 13-14	1,6 km	50 m	15
H 11-12, D 11-12	1,4 km	52 m	12
N-åpen, D 10, H 10, D 11-12N, H 11-12N	1,5 km	34 m	15

Stipulert vinnertid er 12-14 min i alle mesterskapsklasser. Løypene består av minst 80 % hardt underlag. Piggsko forbudt. Oppvarming foregår langs merket trasé til start og øst for startområdet, se kartoppslag. Det er løse postbeskrivelser, samt postbeskrivelser trykket på kartet i alle klasser.

Sprintløpet arrangeres i Lillesand sentrum hvor det i stor grad er trehusbebyggelse. Det er mye åpent rom i sentrum, men også mindre gater og smau. Kartet inneholder også noen nærområder / friområder med god løpbarhet.

Løypene krysser noen hovedveier. Det er kun tillatt å krysse disse veiene på krysningspunktene som er angitt på kartet, se kartoppslag. Øvrige veier i boligfelt har mindre trafikk, men det henstilles til å vise hensynsfullhet og aktsomhet.