Nidarøst OK
ønsker velkommen til løp 4 i Trondheim Sprintcup
torsdag 30 april 2015.

Samlingsplass er ved Åsvang skole,
Gamle Jonsvannsveg 12, (Moholt-Angelltrøa)

Parkering NTNU Dragvoll, P-plass ved Jonsvannvegen
Avstand Parkering – Åsvang skole: 700 m
NB: P-automater frem til kl 1600. Gratis fra kl 1600.
Det er ikke parkeringsmuligheter ved Åsvang skole, og vi ber alle deltakere om å respektere det.

Løpsområdet: ca 25% skog/gressområder, ca 75% grus/asfalt.
Ankomst til parkering/samlingsplass følger hovedvegene gjennom området, se kart med sperret område.

Sperret område: Løpsområdet er forbudt område for alle deltakere fra kl 15 på løpsdagen. (unntak: de som bor/jobber i området). Skisse over forbudt område publiseres sammen med PM.

Kart: Åsvang, 1:5000, ekv 2 m. Trase-revidert april 2015.

Start: Fri start i tiden 1800-1930 i begge løyper. Startintervall 15 sek.
Det er merket løype til start fra arena, ca 500 meter langs veg.
Backup-lapper er tilgjengelig i sekretariatet.

Løype A:

- Klasser: D/H13-14, D/H15-16, D/H17-20, D/H21, D/H40, D/H50, D/H60, D/H65, D/H70, D/H75, D/H80, D/H17-39 bedrift
- Lengde: 2.8 km (forventet vinnertid 13-14 minutter)
- Kartene er lagt i plastmappe.

- *Løse postbekrivelser, merket 1, 2 eller 3, deles ut ca 1 min. før start*. Postbeskrivelsen er også trykket på kartet.
- *Løperen tar selv sitt kart, merket 1, 2 eller 3, i startøyeblikket.*

  NB: Løse postbeskrivelser deles ut til alle. De som ikke vil bruke den underveis, må likevel ta det kartet som har samme merking som postbeskrivelsen (1, 2 eller 3)

Løype C:

- Klasser: D/H10, D/H11-12.
- Lengde: 1,4 km
- Kart og løse postbekrivelser deles ut i sekretariatet på arena.

Toaletter: Toaletter inne på skolen – ikke tillatt å gå inn med O-sko

VÆR FORSIKTIG når du krysser/følger trafikkerte veger. Deler av området har en del trafikk av biler og busser.
VIS HENSYN til alle andre som oppholder seg i området. Det er i perioder mange gående og syklister i området.
VIS HENSYN til blomsterbed, trær, busker, parkerte biler, diverse stativ o.l. som finnes i området.
FORBUDTE OMRÅDER (private eiendommer, byggeområder og veger som er markert som forbudt på kartet) er forbudte områder!