



Revidert PM

ELGDILTEN – lørdag 23. mai

LØVSPRETTE – søndag 24. mai

PINSESPRINTEN – mandag 25. mai



PM



ELGDILTEN – lørdag 23. mai LØVSPRETTE – søndag 24. mai PINSESPRINTEN – mandag 25. mai

VEIBESKRIVELSE

ALLE DAGER

Merket fra rv 3 ved avkjøring til Løten sentrum via fv 166 retning Rokosjøen. Fra Løten sentrum 7 km til parkering. Bomveg. Kvittering for betalt avgift fra Budorvegen gjelder.

Øvrige betaler NOK kr ved parkering. NOK 50,- .

GPS-koordinater arena:

WGS 84 - desimal: 60.832914, 11.428933

PARKERING

ALLE TRE DAGER

Parkering ca 3-4 km fra arena. Skyttelbuss til arena. Transport inkludert i vegavgiften. Møt i god tid.

LØPSKONTOR, INFORMASJON

Ved ankomst til arena.

Lagsposer bare til klubber med leiebrikker og kart for løpere 12 år og yngre, og for alle N-klasser inntil 17 år.

Klubbliste for hver dag og program leveres ut separat.

Siste revidert PM ligger også separat og erstatter på noen få punkter PM trykt i programmet.

Direktepåmelding i direkteløyper- og N-klasser.

Foreign competitors are paying start-fee in cash.

KART

ELGDILTEN LØRDAG

«Mosjømarka», målestokk 1:7500 for klasser f.o.m. D55 og H60.

Alle øvrige klasser målestokk 1:10 000, begge ekv. 5 m. og revidert 2015.

LØVSPRETTE SØNDAG

«Mosjømarka», målestokk 1:15 000 for klassene D/H 17-20 E, D/H 21 AL og H 35.

Alle øvrige klasser målestokk 1:10 000, begge ekv. 5 m og revidert 2015.

PINSESPRINTEN MANDAG

«Mosjømarka», målestokk 1:7500, ekv. 5 m og revidert 2015.

NB! Postene står meget tett. Sjekk koder!

TERRENG

ALLE DAGER

Varierende fra flatt til småkupert, furumoer og åpne områder, varierende detaljrikhet.

Løpbarheten er stort sett god, unntatt på en del av myrene, hvor det er mye overvann. De kan være vanskelig passerbare.

START

ELGDILTEN LØRDAG

500 m langs vei/sti

LØVSPRETTE SØNDAG

300 m til start langs vei.

PINSESPRINTEN MANDAG

1000 m å gå til start langs vei. Ingen startpost.

MERKING AV STREKK

LØVSPRETTE SØNDAG

Noe merking i N-løyper.

PINSESPRINTEN MANDAG

En utydelig sti mellom 5. og 6. post i N-løype er merket med bånd i terrenget.

TIDTAKING

Det benyttes elektronisk tidtakingssystem, Emit i alle klasser. Løperne er selv ansvarlig for å sjekke at brikke-nummeret i startlista stemmer. Kontakt løpskontoret dersom det er feil.

Klassene D/H 17-20E skal i tillegg bruke Emitag. Påmeldte med egne slike bruker disse. Øvrige får utlevert Emitag (leie) på start.

NB! Klassene D/H 17-20E skal også stemple på målbukken som er plassert etter mållinja (der tiden tas).

GPS

I testløpsklassene skal de 19 siste startende i begge klasser, begge dager, bære GPS-enhet.

Den deles ut ved start fra ca 25 min før løperens starttid.

STARTNUMMER

Alle løpere i D/H 15-16 (alle dager), D/H 17-20E og D/H 21A (lørdag og søndag), D/H 17- (mandag) skal bære startnummer. Farger på startnummer: lørdag blått, søndag rødt og mandag sort. Selvbetjening ved start.

VÆSKESTASJONER

LØVSPRETTE SØNDAG

Det vil være drikkestasjoner på poster eller ved passering vei.

GOD SPORTSÅND

Vi oppfordrer alle til god sportsånd, og lar være og vise frem kartet sitt til løpere som ikke har startet.

PUBLIKUMSPOST

Det er ingen publikumsposter.

POSTBESKRIVELSER/BACKUP-LAPPER

Det er postbeskrivelser med IOF-symboler trykt på kartet, samt løse postbeskrivelser på starten alle tre dager. Backup-lapper fås ved start. Løpers ansvar å bruke backup-lapp.

PRE-O

LØVSPRETTE SØNDAG

Prøv presisjonsorientering! Det tilbys to løyper. Direkte påmelding, start og mål ved eget bord/telt nord på arena. Start mellom kl. 10 og 14.

Det tilbys to løyper, begge ca 1,0 km lange:

- A-løype med ca. 14-15 poster. Her kan det være såkalte «falske» poster, dvs. at ingen av skjermene sitter på den riktige detaljen.
- B-løype med ca. 8-9 poster hvor det alltid er en skjerm på rett detalj.

Begge løyper følger grusveg i starten og en blåmerket sti på slutten. Stien er ikke særlig framkommelig med barnevogn eller rullestol.

Nødvendig utstyr: kompass.

BARNEPARKERING

Barneparkering på arena alle dager, og åpner en time før første ordinære start. Småttroll på arena lørdag og søndag. Småttroll åpner en time før første ordinære start begge dager.

SMÅTROLL OG «RÅTASS»

Småttroll lørdag og søndag fra samlingsplass.

Mandag erstatter Råtass småttroll D/H11-12N og N-åpen. Det tilbys tre nybegynnerløyper med ulik lengde og vanskelighetsgrad. Det er valgfri løype. De ulike løypene kan løpes flere ganger og/eller etter tur så mange ganger man vil for samme avgift.

Pris kr 30,- og alle blir premiært.

Siste start i Småttroll og Råtass er samtidig med siste ordinære start.



TØY FRA START

Kan på eget ansvar legges i poser ved start og vil bli fraktet til arena (ved løperdrikke).

DUSJ OG TOALETTER

Varm dusj utendørs alle dager. Toaletter er på arena. Det er ikke toaletter ved start noen av dagene.

SALG

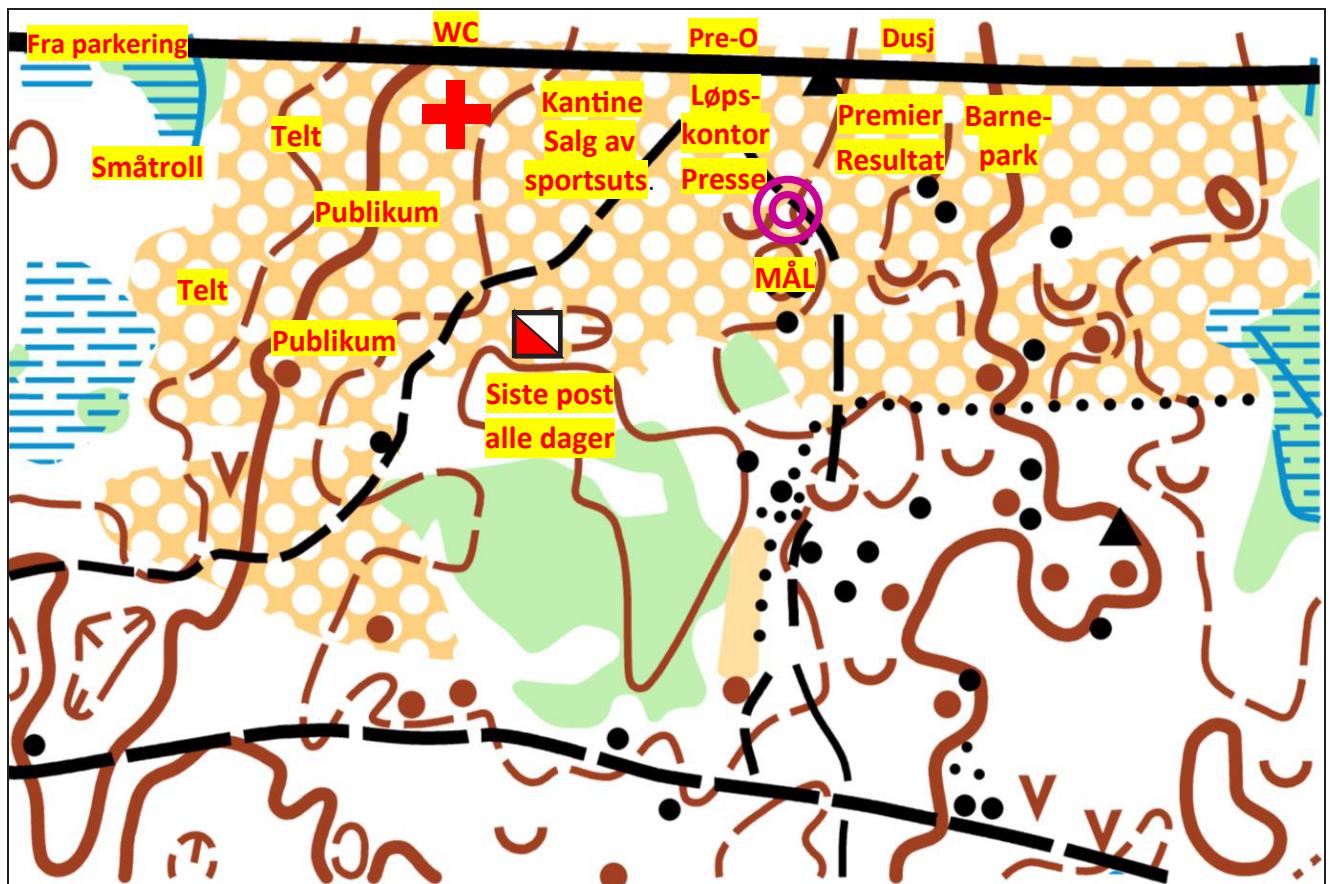
Sporten Rotsund AS og Sport 8 selger sportsutstyr på arena.

Hjemmelaget iskrem og grillede hamburgere fra Bakken Øvre gårdsmat.

For øvrig vanlig kantinesalg.

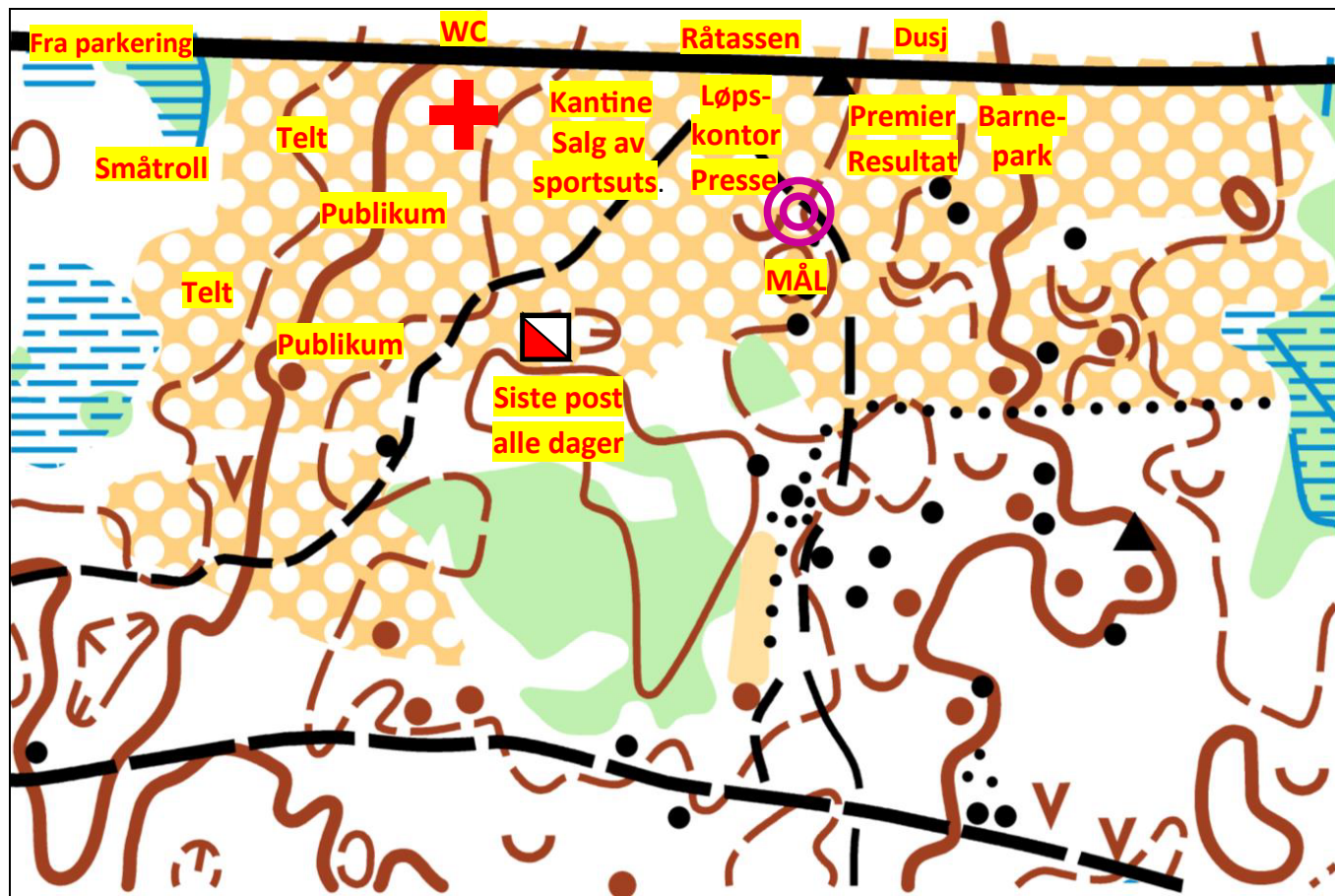
ARENAKART

LØRDAG OG SØNDAG



ARENAKART

MANDAG



PREMIERING

I tillegg til Pinseløpenes annonserte premiering er det premier fra NOF, 6 stk i hver av aldersgruppene 17-18 og 19 - 20 i NC-klassene D/H 17 - 20 E hver dag.

LØPSLEDERE

ALLE DAGER

Øivind Rogndalen, Hamar o-klubb, 915 84 088
Lars Skramstad, Løten o-lag, 918 56 285

LØYPELEGGERE

ELGDILTEN LØRDAG

Harald Brekke og Frode Hjort, Hamar o-klubb

LØVSPRETTE SØNDAG

Sofie Johansson og Ove Antvord Haugereid, Løten o-lag

PINSEPRINTEN MANDAG

Marius Øie, Løten o-lag

KONTROLLØR

ALLE DAGER

Anders Skjeset, Vang o-lag

PROTESTER

Evt. protester leveres og behandles i henhold til NOFs reglement.

JURY

ELGDILTEN LØRDAG

Bjørn Bergsløkken, Grue
Anne Marit Bordal, Ringsaker
Eldbjørg Kalbækken, Tynset

LØVSPRETTE SØNDAG

Martin Skytteren, Grue
Anne Marit Bordal, Ringsaker
Eldbjørg Kalbækken, Tynset

PINSEPRINTEN MANDAG

Martin Skytteren, Grue
Anne Marit Bordal, Ringsaker
Eldbjørg Kalbækken, Tynset

NORGES CUP-KLASSENE:

Håkon Løvli, Asker
Frauke Schmitt Gran, Halden
Jon Anders Bordal, Ringsaker

LØYPELENGDER OG -KLASSER

På grunn av flyttingen fra Budor til Mosjømarka avviker noen løypelengder fra innbydelsen.
Mindre avvik i løypelengder kan forekomme.

Løp	Elgdiltens lørdag 23. mai Mellomdistanse				Løvsprettens søndag 24. mai Langdistanse				Pinsesprinten mandag 25. mai Kort mellomdistanse			
Nivå	Klasse	Km	Klasse	Km	Klasse	Km	Klasse	Km	Klasse	Km	Klasse	Km
A	D 21A	4,3	H 21A	5,4	D 21AL	9,9	H 21AL	13,9	D 17- D 15-16 D 35- D 40- D 45- D 50- D 55- D 60- D 65- D 70- D 75- D 80- Direkte A	4,2 3,9 3,7 3,7 3,1 3,1 3,0 2,8 2,8 2,3 2,3 2,3 3,8	H 17- H 15-16 H 35- H 40- H 45- H 50- H 55- H 60- H 65- H 70- H 75- H 80- Direkte A	4,6 4,2 4,2 4,2 4,1 3,8 3,7 3,0 3,0 2,8 2,3 2,3 3,8
	D 17-20E	4,3	H 17-20E	4,8	D 17-20E	8,8	H 17-20E	12,2				
	D 17AK	3,8	H 17AK	4,1	D 17AK	5,0	H 17-AK	7,9				
	D 15-16	4,0	H 15-16	4,1	D 15-16	6,1	H 15-16	6,7				
	D 35-	4,0	H 35-	4,3	D 35-	6,7	H 35-	9,9				
	D 40-	4,0	H 40-	4,3	D 40-	6,3	H 40-	8,8				
	D 45-	3,9	H 45-	4,1	D 45-	6,3	H 45-	7,9				
	D 50-	3,9	H 50-	4,0	D 45AK	4,2	H 45AK	6,3				
	D 55-	3,4	H 55-	3,8	D 50-	6,3	H 50-	6,7				
	D 60-	3,2	H 60-	3,4	D 55-	5,0	H 55-	6,3				
	D 65-	3,2	H 65-	3,4	D 60-	4,2	H 60-	6,3				
	D 70-	2,9	H 70-	3,2	D 65-	3,8	H 65-	5,0				
	D 75-	2,9	H 75-	3,2	D 70-	3,8	H 70-	4,2				
	D 80-	2,9	H 80-	2,9	D 75-	3,8	H 75-	3,8				
					D 80-	3,8	H 80-	3,8				
	Direkte A	4,1	Direkte A	4,1	Direkte A	6,3	Direkte A	6,3				
B	D 13-14	2,9	H 13-14	2,9	D 13-14	4,1	H 13-14	4,1	D 13-14 Direkte B	2,9 2,9	H 13-14 Direkte B	2,9 2,9
	D 15-16B	2,9	H 15-16B	2,9	D 15-16B	4,1	H 15-16B	4,1				
	D 17B	3,4	H 17B	3,4	D 17B	5,5	H 17B	5,5				
C	D 17-C	3,2	H 17-C	3,2	D 17-C	3,8	H 17-C	3,8	D 17-C D 13-16C D 11-12 D-10 Direkte C	2,3 2,3 2,2 2,2 2,3	H 17-C H 13-16C H 11-12 H-10 Direkte C	2,3 2,3 2,2 2,2 2,3
	D 13-16C	2,6	H 13-16C	2,6	D 13-16C	3,8	H 13-16C	3,8				
	D 11-12	2,3	H 11-12	2,3	D 11-12	2,1	H 11-12	2,1				
	D-10	2,1	H-10	2,1	D-10	2,0	H-10	2,0				
	Direkte C	3,2	Direkte C	3,2	Direkte C	3,8	Direkte C	3,8				
N	D 13-16 N	2,1	H 13-16 N	2,1	D 13-16 N	2,2	H 13-16 N	2,2	D 13-16N Råtass	2,0	H 13-16N Råtass	2,0
	D 11-12 N	2,1	H 11-12 N	2,1	D 11-12 N	2,1	H 11-12 N	2,1				
	N-åpen	2,1	N-åpen	2,1	N-åpen	2,1	N-åpen	2,1				



**Lykke
til med
løpene!**

