



PM



Vagleskogstafetten

Onsdag 17. juni.

- Parkering:** I Vagleleiren. Gode parkeringsforhold. Merket fra RV 505, Kvernlandsveien
- Påmelding:** Bedrift etteranmelding/lagoppstilling unntagsvis senest 1 time før løpet.
- Aktive: Innen 16. juni kl. 23:59 i Eventor. Vi tillater etteranmelding, men ønsker det ikke.
- Kartet:** Vagleskogen er i 1:5000 og av god kvalitet. Revidert 2014. Sprintnorm.
- Terreng:** Det er mye vindfall i terrenget. Kun områder som er sterkt preget et tegnet inn på kartet.
- Løypene:** Alle løypene er av særdeles god kvalitet. Postene ligger veldig tett. Flere poster kan ligge innfor postsirkelen. Sjekk koder.
- Spredningsmetoder:** Det vil bli brukt forskjellige typer spredningsmetoder. Alle vil til slutt ha løpt like langt, og de samme strekkene.
- Startnummer:** Husk at alle løpere skal løpe med startnummer
- Start:** 18.00 for klassene H17 og D17 – både aktiv og bedrift. Kl 18.05 for resterende klasser
- Veksling:** Følg merking. Løperen som skal veksle tar med kart til løperen han/hun skal veksle med. Husk å stemple i mål. Mer info før start.
- Mål:** Følg merking. Vinneren er første mann/kvinne som passer målstreken.
- Oppvarming:** På veien inn til Vagleleiren og ved vekslingsområdet.
- Kiosk:** Nydelige kaker, kaffe og leskedrikk.
- Brytetid:** Kl 20:15
- Merknad:**
- Aktive løpere kan delta på lag for både bedriftsidrettslaget sitt og den aktive klubben. Disse lagene må konkurrere i ulike klasser. Deltar løperen i begge stafettene er det viktig at det ikke blir brukt samme brikke, men to forskjellige. Alle løperne må springe med sin unike brikke. Merk også at du må løpe for din bedriftsklubb før du løper for din aktive klubb.

I D/H11-12 og D/H 13-16 er det lov til å løpe mix-, gutte- eller jentelag. De kan også løpe flere sammen på samme etappe i D/H11-12. D/H11-12 er ugaflet.

Lykke til!

Vanlig individuell start

Start: Fra kl 17.30 til 19.00. Det er egen start og mål for individuell start.

Stafettløpere har ikke lov til å følge nybegynnere rundt løypa før de har løpt.

Alle individuelle løpere har selv ansvar for at de ikke viser kartet til stafettløpere.

Brytetid: 20.00

Lykke til!