



# HAD-O-LAND 2015

19., 20. OG 21. JUNI 2015



## PM

---

### ARENA/MERKING

Merket fra RV4 v/Gran alle dager. Fredag ca. 11 km å kjøre, lørdag/søndag ca. 7 km. Noe svingete veier, samt skogsbilvei siste del.

### VEGAVGIFT/PARKERING

Vegavgift kr 50,- til Gran Almending hver dag. Avgiften inkluderer parkering. Manuell innkreving. For mest mulig smidig trafikkavvikling oppfordrer vi alle til å holde pengene klar, - og så langt som mulig unngå veksling. Innkjøring til andre tidspunkter betales ved SMS-løsning i bommen (følg anvisningene nøye).

### SAMLINGSPLASS

**Fredag:** inntil 500 m å gå fra parkering, **lørdag og søndag:** inntil 1000 m å gå fra parkering

### LØPSKONTOR

Åpner kl. 16:00 fredag og kl. 09:00 lørdag og søndag på samlingsplass

### DIREKTE LØYPER

Påmelding til [john@safir.no](mailto:john@safir.no) mellom 16. juni kl. 23:59 og 18. juni kl. 18:00. All påmelding til direkteklassene skjer deretter ved å kontakte løpskontoret. Avgift kr. 110,-.

### LAGSPOSER

Hentes på løpskontoret. Lagsposer alle løpsdager for klubber med løpere i klassene:

N-Åpen, D/H 10, D/H 11-12, D/H 13-16 C, D/H 13-16N. Løpere i disse klassene bringer kartet med seg til start. Lagsposene inneholder: startnummer, sikkerhetsnåler, startlister, PM, (+lånebrikker for utenlandske klubber).

## KART

Fredag: Sagvollen 1:4 000, ekv. 2,5m.

Lørdag: Vesterbråtan, 1: 7 500, ekv. 5 m

Søndag: Framstadsæterfjellet, målestokk 1: 7 500, ekv. 5 meter (løype 6-12),  
:Framstadsæterfjellet, målestokk 1: 10 000, ekv. 5 m. (løype 1-5)

Alle kartene er nye i 2015.

## TERRENG

**Fredag:** Løpet går i et hytteområde med mange gamle hytter og uthus, og noen områder med nye hytter. Terrenget i hytteområdet er flatt med den del åpne og halvåpne arealer som stort sett er lettløpte. Men det er også noen områder med steinete bunn og mer tungløpte partier. Vi ber om det utvises hensyn til både turgåere og områdene inntil bygningene.

**Lørdag:** Mye av terrenget i mellomdistansen er tidligere beitemark og intensivt brukt utmarksbeite. I disse områdene er det mye åpent og halvåpent terreng, relativt flatt og til dels svært lettløpt. Østre og søndre del av terrenget er litt mer steinete og krevende. Terrenget er relativt lite, så det er mye løypekryssinger og postene ligger til dels svært tett. Sjekk koder! Rundt beitet ved målområdet er det et gjerde som det er forbudt å passere – se kartoppslag. Det er bare lov å komme inn på beitet ved inngangen fra parkering til samlingsplass og ett sted i sør og ett i nord. Dette er markert på løpskartene.

I områdene med mye beite er det også en del dyretråkk. Bare de tydeligste tråkkene og de som har en viss lengde er tegnet inn på kartene. I de mer steinete områdene i øst er det tegnet inn en del symboler for steinrik bunn. I disse områdene kan det non steder være vanskelig å se hvilke steiner som står på kartet, og her er grensen for størrelse på steiner litt høyere enn i de mer steinfattige områdene.

**Søndag:** Starten går på setervollen på Framstadsætra ca. 670 m.o.h. De lengste løypene skal helt opp til toppen av Framstadsæterfjellet (793 m.o.h.) og får dermed en del tung stigning i begynnelsen. Belønningen er et nydelig terreng rundt toppen, med fine (og våte!) myrer, åpne lyngområder og flott utsikt. Og så blir det stort sett nedoverbakke fra toppen og til mål. De mellomlange løypene

får noe stigning og dermed mye skråli og utforbakke ned mot mål, som ligger ca. 600 m.o.h. De korteste løypene får lite stigning i starten, men vil komme innom deler av mellomdistanseterrenget mot slutten av løypa.

Områdene som ligger høyere enn starten har som sagt mye åpne områder og myr. Som annet "fjellterreng" kan det være vanskelig å definere eksakt grensen mellom åpent, halvåpent og skog, og mellom myr, diffus myr og ikke-myr. Nå er terrenget vått og det oppleves som at det er mye myr, i tørrere perioder vil spesielt de diffuse myrene være vanskeligere å definere. De to lengste løypene kommer i tillegg borti et mer krevende område med skråli og noen nye hogstflater.

## **START**

Første ordinære start kl. 18:00 fredag. Lørdag og søndag er første ordinære start kl. 11:00. N-Åpen og direkte klasser har fri start fra en time før første ordinære start alle dager. Til start er det ca. 200 meter å gå fredag, ca. 400 m å gå lørdag og ca. 1500 meter søndag- Lett vei fredag og lørdag, betydelig stigning søndag, beregne derfor god tid. Opprop 3 minutter før start. Kartet deles ut i startøyeblikket.

## **POSTBESKRIVELSER/BACKUP-LAPPER**

Løse postbeskrivelser og backuplapper ved start.

## **DRIKKEPOST**

I H 21- er det satt ut en kanne med vann + pappbeger på 8. post etter ca. 5 km. Dette er dessverre ikke merket av på postbeskrivelsen

## **TØY FRA START**

Tøy bringes jevnlig til samlingsplass

## **TIDTAKING**

Emit benyttes

## **STARTNUMMER**

Alle løpere skal benytte startnummer som finnes i lagsposene. Startnummeret skal benyttes alle dager.

## STARTLISTER

Startlister vil legges ut på Eventor og være oppslått på samlingsplass og ved start.

## RESULTATLISTER

Slås opp fortløpende på samlingsplass. Resultater for den enkelte dag legges ut på internett. Sammenlagtlister for dag 2 og 3 legges ut på internett .

## SMÅTROLL

På samlingsplass hver dag. Se arenakart. Deltakeravgift kr. 30,-.

## BARNEPARKERING

På samlingsplass hver dag.

## TOALETTER

På samlingsplass fredag. Mellom parkering og samlingsplass lørdag og søndag.

## VASK

Våtklut. Mulighet for bading ved samlingsplass fredag.

## SALG

Kiosk med kaffe, mineralvann, kaker etc. alle dager. Kun kontant betaling.

## LØYPER PÅ NETT

Pdf av alle løyper vil bli lagt ut på Eventor etter løpene

## PREMIERING

**Enkeltløp:** Premie til alle startende i klassene t.o.m. 12 år, samt N-Åpen. 1/3 premiering i klassene som dekker aldersgruppen D/H 13-16. Premie til klassevinnere i andre klasser. Uttrekkspremie i direkteklassene. **Sammenlagt** til de beste tre i 11-12-klassene. 1/3 premiering for klassene 13-16 år. 1/8 premiering for øvrige klasser. Ikke sammenlagtpremiering i direkteklassene. Uavhentede premier ettersendes ikke.

## LØPSLEDER

Hege Heiberg alle dager, tlf.: 915 93 493

## LØYPELEGGERE

Fredag: Hans Jørgen Kvåle. Lørdag og søndag: Øyvind Sørli

## TEKNISK DELEGERT

Kai Solum, Rond O-lag

## VILTRAPPORT

Meld fra til løpskontoret om observasjon av vilt og (skadde) beitedyr.

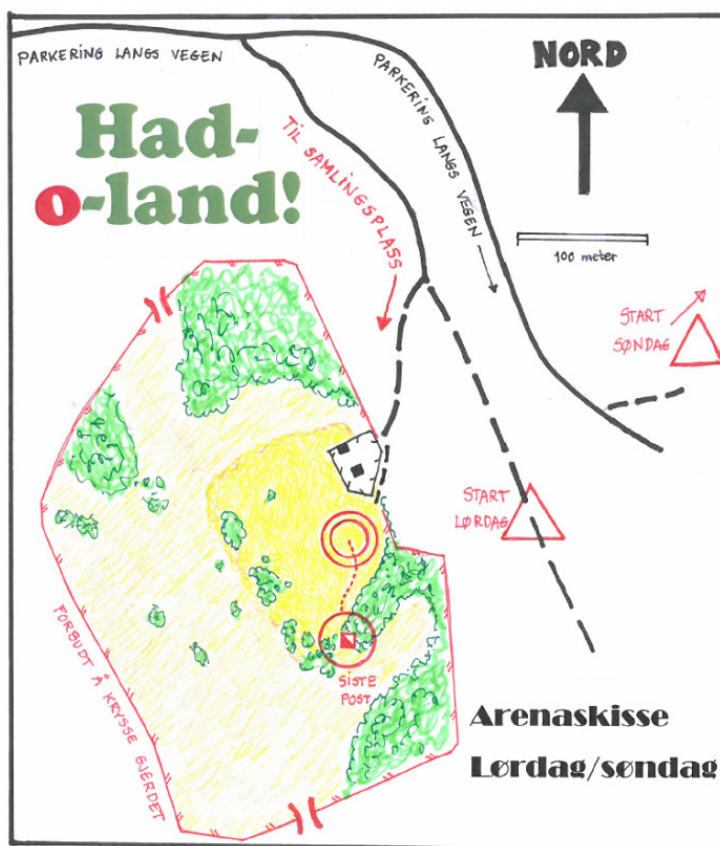
## LØYPELENGDER- OG KLASSER (kun mindre endringer fra innbydelsen):

Løypenummer og klasser		Sprint	Mellomdistanse	Langdistanse
1	H 21-	2,1 km – 18 poster	4,8 km – 18 poster	9,0 km – 18 poster
2	H 35-, H 40- H 17-20 D 21-	1,8 km – 16 poster	3,6 km – 15 poster	6,9 km – 14 poster
3	H 45-, H 50-, H 15-16 D 35-, D 40-, D 17-20	1,6 km – 14 poster	2,8 km – 13 poster	5,6 km – 14 poster
4	H 55-, H 60-, D 45-, D 50-, D 15-16,	1,5 km – 12 poster	3,0 km – 13 poster	4,8 km – 14 poster
5	H 65-, H 70-, H 17 AK, D 55- D 60-, D 17 AK, Direkte A	1,5 km – 10 poster	2,4 km – 11 poster	4,2 km – 12 poster
6	H 75, H 80-, D 65-, D 70-, D 75-	1,4 km – 9 poster	2,2 km – 11 poster	3,2 km – 12 poster
7	H 13-14, H 15-20 B, D 13-14, D 15-20 B	1,5 km – 10 poster	2,2 km – 12 poster	3,1 km – 13 poster
8	H 17 C, D 17 C, Direkte C	1,7 km – 13 poster	2,4 km – 11 poster	3,1 km – 11 poster
9	H 13-16 C, H 11-12, D 13-16 C, D 11-12	1,5 km – 13 poster	1,8 km – 9 poster	2,6 km – 10 poster
10	H -10 D -10	1,4 km – 14 poster	1,8 km – 9 poster	2,2 km – 8 poster
11	H 13-16 N, D 13-16 N Direkte N	1,4 km – 11 poster	2,0 km – 9 poster	2,5 km – 9 poster
12	H 11-12 N, D 11-12 N N Åpen	1,3 km – 10 poster	1,9 km – 8 poster	2,1 km – 8 poster

# Arena HadOland dag 1



Samlingsplass lørdag og søndag (under) på området med sterkest gulfarge. Barneparkering og småtroll vil være i den nordlige delen av samlingsplass. De øvrige funksjoner (salg, løpskontor etc.) vil være plassert i nærheten av mål..



**GOD TUR I HADELANDSSKOGENE!**