



PM for Nordmarkskarussellen løp 4, 20. august 2015

Heming Orientering ønsker alle løpere velkommen til årets fjerde løp i Nordmarkskarussellen. Ikke gå glipp av muligheten til å løpe i «eventyrskogen» på Vettakollen i det fine sommerværet!

Samlingsplass: Hemingseter, rett syd for Frognerseteren. [Kartlink](#)

Adkomst: Bil, T-bane eller sykkel.

Parkering: Parkering på P-plassen til høyre rett før Frognerseteren. Hvis denne er full kan det parkeres ved selve Frognerseteren. Ikke parker på fortau, da blir det parkeringsbot.

Kollektivt: T-Bane linje 1 til Frognerseteren, ca. 500 m å gå ned til samlingsplass. Følg merking

Kart: Skådalen, utgitt 2012, Målestokk 1:7500. Ferdigtrykte løyper på kartet. Kartet fås ved registrering på samlingsplass. Ingen løse postbeskrivelser. Ta gjerne med egen kartpose.

Terreng: Løypene er lagt i det mest lettløpte terrenget. A og B løypene vil i varierende grad ligge i plataet på Vettakollen hvor det er lettløpt terreng i gammel skog. Ellers vil terrenget bestå av miks mellom gammel og ung skog, hogstfelt og mindre partier med nedsatt løpbarhet. Terrenget er i utgangspunkt grovkupert, men løypene er prøvd lagt snille.

Starttid: Fri start mellom 16:30 og 18:30

Siste målgang: kl. 20.00. Etter det stenges tidtakingen.

Påmelding: Ved fremmøte.

Startkontingent: 30 kr for løpere opp til H/D15-16, 100 kr for alle andre klasser.

Kvitteringssystem: EMIT-brikker for elektronisk kontroll og tidtaking. Arrangøren har et begrenset antall brikker til utleie (20 kr). Det er et stort antall poster, så det er viktig å sjekke koden!

Løypene: For informasjon ang. klasseinndelinger, se innbydelse på www.nordmarkskarussellen.com

Avstand til start: Start i nærheten av samlingsplass. Det er ikke merket til start da dette er markert på kartet.

Vel møtt!

Løypelegger: Nils Petter Fremming

Løpsleder: Anders Flågen (tlf.95805876)