

PM

Bedrifts o-løp Kalbergskogen

Onsdag 12. juni 2013



Kart/terreng: Kalbergskogen, 1:7500, 2.5m ekv. normalnorm (ISOM). Kartet er nytt av året og er trykket på A4 Pretex papir. Løypene går i terreng med mange stier og skogsveier, med avslutning på asfalt i boligfeltet rundt Orstad Skole. I boligfeltet her vil det være noe trafikk i gatene rundt, så husk å vis hensyn. Ca 80% med skog og 20% med asfalt. Kan være en fordel med gode sko med en grov såle. Det er stort sett bra løpbarhet i skogen, men noen plasser er det litt tettere skog og dermed nedsatt løpbarhet. Husk at hagegrønt er forbudt uansett hvordan det ser ut i terrenget.

Poster: Det er generelt mange poster i terrenget og noen ligger veldig tett, så husk å sjekke koder. **Merk at det ikke er felles siste post.**

Løypelengder og antall poster:

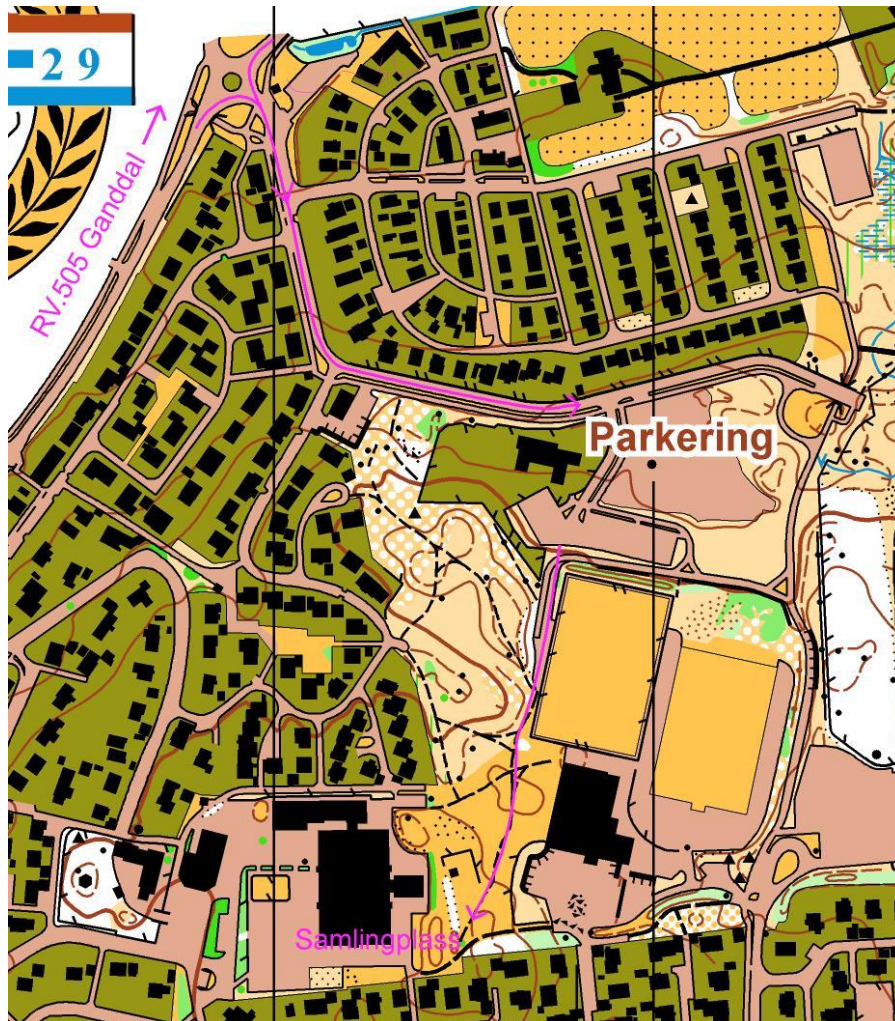
Løype	Klasse	Lengde	Poster
A	HA	6,4 km	27
B	HB	5,5 km	28
C	DA, H16, HC	5,1 km	27
D	DB, H40	4,4 km	26
E	H50, H55	4,2 km	22
F	H60, H70	3,8 km	18
G	D16, D40	3,5 km	20
H	D50-D70, H75, H80	3,1 km	19
I	HT	3,1 km	18
J	DT	2,6 km	15
K	Dny, Hny	2,0 km	12

Start: Det er flexistart mellom klokken 17.00 og 19.00. Det er 1,5 km (ca. 20 min) å gå til start. Du vil då få god oppvarming før du starter. Følg merkebånd øst ut fra skolen.

Brytetid: Brytetid er klokken 20.00. Da skal alle løperne være tilbake på samlingsplass og registrert i mål.

Parkering:

Det skal parkeres nord for Orstad idrettsanlegg. Det vil være merket fra Rv. 505 ved rundkjøringen nord for Kverneland fabrikker, se kartutsnittet under. Følg anvisningene fra parkeringsvaktene.

**Merk at ingen skal parkere ved Orstad skole.**

Dette pga. at skolen selv skal ha ett eget arrangement på skoleplassen den dagen og da vil bruke parkeringen sin og deler av skoleplassen.

Det gjøres oppmerksom på at på vestsiden av skolen vil der være mye barn og voksne, de skal ha avslutning og grilling. Vær oppmerksom når enn løper gjennom/rundt dette området.

Samlingsplass:

Det er ca. 300 meter å gå til samlingsplass. Følg merking til samlingsplassen på østsiden av skolen. Se kartutsnitt over.

Adgang til toalett på skolen, men ingen må gå inn med piggsko!

Salg:

Det vil bli solgt brus, kaker og kaffe.

Løypelegger:

Morten Sundli

Løpsleder:

Ingvar Haabeth

Vel møtt!