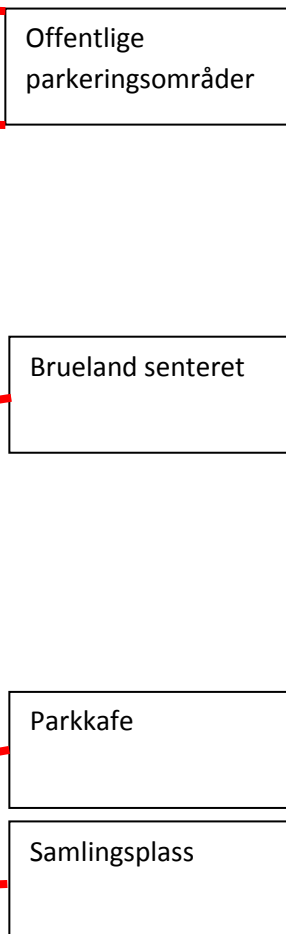


Samlingsplass vil være rett sør for Parkkaféen og nordøst for amfi-et. Parkering finnes på offentlig tilgjengelige parkeringsplasser i området for eksempel stor parkering ved Sandnes kapell (Telthusveien), offentlig parkering rundt Haakon 7's gate og ved Bruelandsenteret. Det er egnet for barnevogn til samlingsplass. Samlingsplassen finnes ved å følge stien langs elva sørover i parken. Man skal ikke gå i parken sør for samlingsplassen.



Terreng og løyper

Terreng: Nærområde med park og boligområder. Sko-valg: Løypene er ca. 70-80% asfalt/grus og 20-30% skog/sti, avhengig av veivalg og løype. Vi oppfordrer til å løpe piggfritt for å spare gresset i parken.

Forbudte områder: Det er strengt forbudt å krysse elven som går gjennom parken (andre steder enn der det er bro) samt løpe i områder som er merket med «hagegrønt» eller med tegn for «forbudt område» (lilla skravering) på kartet. Overtredelse vil medføre diskvalifikasjon.

Ta hensyn! Det kan være mye turgåere i området (spesielt ved fint vær) så vis hensyn! Vær også oppmerksom på motgående løpere i veikryss og ved runding av uoversiktlige hjørner osv.

Det er mange og tett mellom postene i enkelte områder – SJEKK KODER!

Trafikk: Løpere er selv ansvarlig for egen sikkerhet og må vise aktsomhet spesielt ved kryssing av veier. Det vil være trafikkvakt enkelte steder. Vis hensyn til annen ferdsel i området. Vær obs på motorisert trafikk ved kryssing av bilveier. Vi har ingen o-løpere å miste!

Kartnorm: Sprint (ISSOM), Målestokk: 1:4000, Ekvidistanse: 2,5 meter. Kartet er i sprintnorm, så regelverket for løping på sprintkart gjelder.

Kartet er trykket på vannfast papir (Teslin)



Løype	Klasse	Km	Poster
B	HA, HB	3,7	23
C	H16, HC	3,3	16
D	DA, DB, H40	2,9	17
E	H50, H55	2,6	16
F	H60, H70	2,6	14
G	D16, D40	2,5	14
H	D50-D70, H75, H80	2,2	13
I	HT	2,3	14
J	DT	2,0	12
K	DNy, HNy	1,4	8

Nybegynnerløyper

Nybegynnere får utlevert kartene ved etteranmelding på samlingsplassen.

Småtroll

Det vil være småtrollløype i området rundt samlingsplassen.

Løpsleder Kjetil Gjerde, 47011220

Løypelegger Vegard Peikli 48112646