



PM HARDHAUSEN 2019

Start: Foregår ca. 50 meter fra SI-Hytta i starten på lysløypa, det er merket til start.
Oppvarming langs veien og ikke i terrenget.
Løypevis fellesstart fra kl. 11.00. Løype 1 først, deretter løype 2 osv. Se tabell under.
Deltagere **må** stille ved start **15 min før** starttidspunktet for opprop og registrering.
Løype 5, Mini Hardhausen har flexistart fra 11.45 fra SI-hytta.

HUSK Å NULLE BRIKKEN!!

Kart: Utsnitt Melshei-Voren. «Melshei-kartet» er utgitt 2014, revidert 2019.
Ingen løse postbeskrivelser.
Kart og løyper er trykket på papir og lagt i plastpose.

Terreng: Strikt skogsterreng med vekslende vegetasjon, løpbarhet og kupering.
Løype 1,2,3 og 4 krysser bilvei, **TA DET ROLIG**. Vi har ingen o-løpere å miste.
Løperne kan krysse gjerder underveis. Vis hensyn.
Det er dyr på beite i enkelte områder. Vis hensyn.

LØYPER	LENGDE	MÅLESTOKK	KLASSER	NIVÅ	STARTTID
Løype 1	13.6 km	1:10 000	H 17	A	11.00
Løype 2	9.8 km	1:10 000	D17, H15-16, H50, H60, ÅPEN 2	A	11.15
Løype 3	7.2 km	1:7 500	D50, D60, D15-16, H70, ÅPEN 3	A	11.25
Løype 4	4.9 km	1:7 500	D/H13-14, D/H11-12, TRIM	B/C	11.35
Løype 5	3.7 km	1:7 500	Mini-Hardhausen	Ny	11.45-13.30 (flexistart)

Væskepost: Det er 1 stk. væskepost i løype 1, 2 og 3.

Brytetid: Kl 16.00. **Husk å gi beskjed til arrangør dersom du bryter.**

Forbudte områder: Vis hensyn slik at vi kan opprettholde et godt forhold til grunneierne i området.

Arrangøren opplyser om at det **IKKE** er tillatt å løpe på dyrket mark. (gul farge med sorte prikker). **Heller ikke i kanten av disse.**



FORBUDT

Overtredelse medfører disk.

WC: WC ved SI hytta. Utedo ved P-plass. Enkel garderobe/dusj i kjelleren i SI hytta. **Pigskoforbud inne!**

Salg: Peisestuen i SI-hytta er åpen under og etter løpet. Salg av brus, kaker, pølser osv. Ta med kontanter eller VIPPS

Premieutdeling: Umiddelbart etter at premielister er klare. Det opplyses at premier og gavekort som ikke blir avhentet under selve premieutdeling, tilfaller arrangøren.

Sandnes IL ønsker alle deltagerne en vill, vakker og rå tur

HARDHAUSEN – KORT VEI TIL START - LANG VEI TIL MÅL

