



PM HARDHAUSEN 2021

KART: Utsnitt Melshei-Voren. «Melshei-kartet» er utgitt 2014, revidert 2021.
Ingen løse postbeskrivelser. Kart og løyper er trykket på vannfast papir.

TERRENG: Strikt skogsterreng med vekslende vegetasjon, løpbarhet og kupering.

- Store deler av terrenget benyttes til stisykling/downhill. Endel nye sykkeltråkk er ikke markert på kartet. Dette gjelder spesielt i skrålier.
- Noen områder har vindfall som er vanskelig å passere, disse er merket med krysskravering på kartet, gjelder løype 1 og 2.

Løype 1 & 2 krysser bilvei, TA DET ROLIG.

Løperne kan krysse gjerder underveis. Bruk tilgjengelige gjerdeklyvere.

Det er dyr på beite i enkelte områder.

Vis hensyn.

START: Løype 1-5

Start ved rulleski anlegget langs Melsheiveien, **ca 10 min.** å gå til start. Oppvarming langs veien/på rulleski arena og ikke i terrenget. NB! Det er ikke lov å løpe/varme opp i selve rulleskiløypa.

Fellesstart fra kl. 11.00. Starttidspunktet for de ulike løypene står i tabellen under.

Deltakerne må gå gjennom trebru (ned til skistadion) senest 10 min før starttidspunktet for obligatorisk registrering på MTR (brikkeleser). Startoppstilling ved kart 5 min før start. Ingen opprop ved inngang til startbås. Det er løpers ansvar å komme tidnok. Husk «nulling» av brikke ved inngang startbås.

<u>LØYPE</u>	<u>KLASSE</u>	<u>STARTID</u>
1	H17	11:00
2	D17, H15-16, H50, H60, ÅPEN 2	11:15
3	D15-16, D50, D60, H70, ÅPEN 3	11:30
4	D/H13-14, D70, ÅPEN 4	11:40
5	D/H11-12, TRIM	11:50
6	MINI HARDHAUSEN	11:30-13:30 (flexistart)

Løype 6 Mini Hardhausen

Start ved første sving i lysløypa, like sørvest for SI-hytta.

Flexistart fra klokken 11:30-13:30. Kart utdeles i Kiosken ved SI-hytta.

LØYPER	LENGDE	MÅLESTOKK	KLASSER	NIVÅ
Løype 1	13.4 km	1:10 000	H 17	A
Løype 2	8.9 km	1:10 000	D17, H15-16, H50, H60, ÅPEN 2	A
Løype 3	6.7 km	1:7500	D15-16, D50, D60, H70, ÅPEN 3	A
Løype 4	5,9 km	1:7500	D/H13-14, D70, Åpen 4	B
Løype 5	4.8 km	1:7500	D/H11-12, TRIM	C
Løype 6	3,2 km	1:7500	Mini-Hardhausen	Ny

KARTBYTTE: Det er kartbytte i løype 1 på egen post i skogen. Eksisterende kart legges igjen, og nytt kart tas fra kartboks. Starttrekant på nytt kart er på eksisterende post. NB! Husk å stemple før nytt kart hentes. Løpers ansvar.

VÆSKEPOST: Det er 1 stk. væskepost i løype 1-4.

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

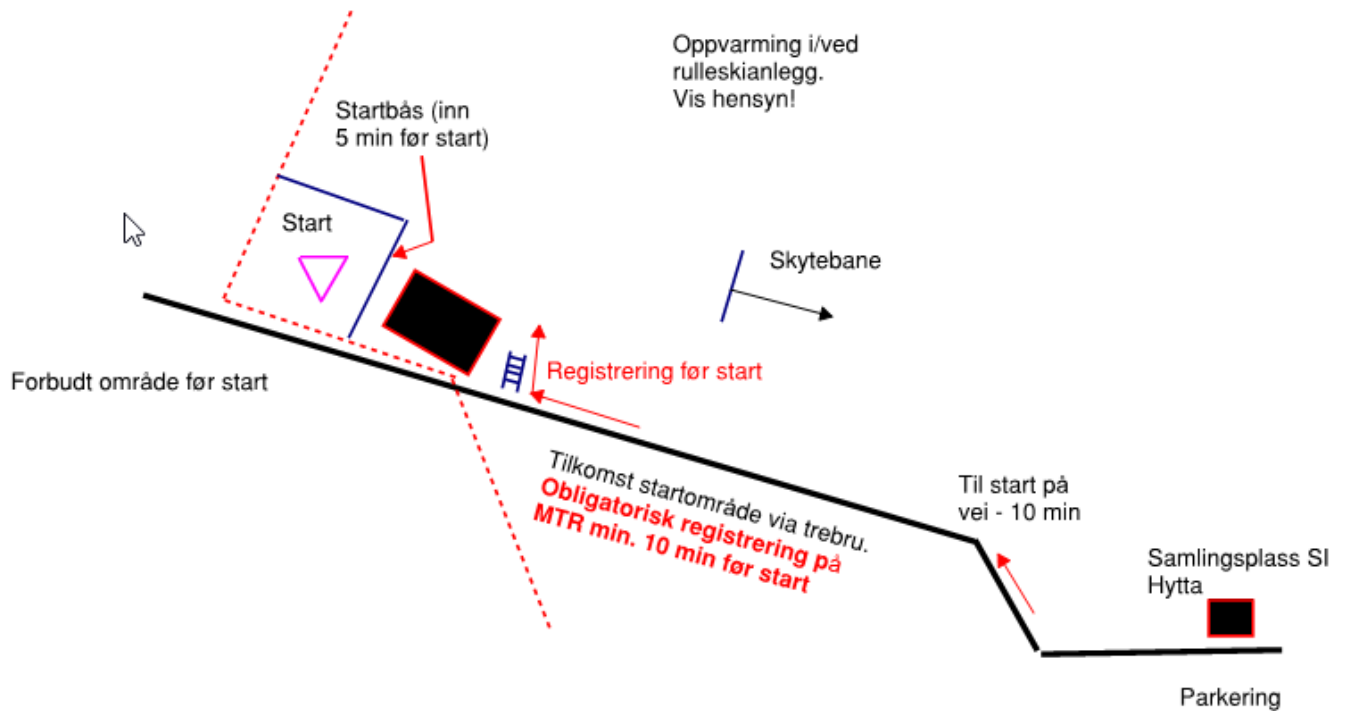
Overtredelse medfører disk.

WC: Ved SI-Hytta, bruk av skog anbefales. Piggsko er ikke tillatt brukt inne på toalettet.

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

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

SKISSE START:



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

HARDHAUSEN – KORT VEI TIL START - LANG VEI TIL MÅL

