

PM



R10 Bedrifts-O-løp 11. juni 2025 i Tananger

Samlingsplass Som beskrevet i korrigert innbydelse har start og mål byttet plass.

Samlingsplass er på grasplen i enden av Oldermannsbakken, like ved Hummeren hotell ved Havnen i sør.

Parkering Melingsholmen som ligger ytterst i Havnevegen hvor vi først fyller opp (ca. 500 meter å gå tilbake til samlingsplass). Når det er fullt, vil øvrige biler bli vist østover til 2 grusbaner (som ligger ca 650 meter fra samlingsplass). Det er også mulig å benytte offentlig parkeringsplass ved Storevarden skole (ca. 1km å gå). Etter at disse parkeringsplassene er fylt opp, må det parkeres ved ConocoPhillips (ca. 2,0 km fra samlingsplass).

NB - Ingen parkering ved Hummeren hotell!

Det vil ikke være postflagg ved avkjøringene til Tananger ring (nord og sør). Det vil være postflagg ved avkjøringen fra Tananger ring til Havnevegen.

Vi oppfordrer alle som kan sykle eller reise kollektivt til løpet å gjøre det, slik at de som bor lenger vekk kan finne parkeringsplass når de kommer.

Starttid Fleksistart fra kl. 17.00 til kl. 19.00. Brytetid kl. 20.00.

Start Ovenfor Sjøbadet på Tananger, (se [Kartlenke](#)).

Det er 1,9 km fra samlingsplass til start, ca. 25 minutter å gå. Strekket er merket fra samlingsplass til Tananger ring. Strekket langs ringen nordover er ikke merket, men det er merket fra ringen til Sjøbadet (postflagg og merkebånd).

Merk: Tøy som legges ut ved start, må hentes av løper selv etter løpet.

Kart Tananger

Sprintnorm (ISSprOM2019-v2) Målestokk: 1:4000 Ekvidistanse: 2,5 m – nytt 2025

Løpsantrekk: Heldekkende unntatt hode, hals og armer. Gode sko med eller uten pigg som sitter godt på berg i dagen anbefales. (Løypene går kun i terrenget).

Terreng Småkupert åpent kystterreng; partier med berg i dagen, partier med lyng og lav einer. Stort sett lettløpt. Svært detaljrikt terreng.

Vi har fått tillatelse av Forsvaret til å bruke normalt avsperrt område, så løperne har lov til å passere forbudsskiltene i terrenget der løypene går!

Løype	Klasse	Lengde [km]	Ant. Poster	Stigning
B	HA, HB	4,2	39	130
C	DA, HC	3,7	30	90
D	DB, H16, H40	3,2	28	90
E	H50	3,2	26	90
F	D16, H60 – H70	3,0	36	90
G	D40, D50	2,7	24	75
H	D60 – D75, H75	2,6	24	70

I	HT, H80, D80	2,5	23	70
J	DT	2,1	19	50
K	DNY, HNY	1,8	13	45

Postbeskrivelser Løse postbeskrivelser ved start og trykket på kart.

Kart DNY og Hny Kartene til løpere i DNY og HNY ligger ved start som de øvrige.

Småttroll/Barneparkering: Nei, men det er lekeplass i barnehage ca. 150m fra samlingsplassen.

Salg Kaker, kaffe, brus – betaling med Vipps

Toalett Offentlig toalett i havnen 100 m fra samlingsplass og ved start.

Ved spørsmål, ta kontakt med løpsleder / løypelegger:

Asgeir Bell, mob. 900 55 176, a.bell@online.no / Pål Bårdsen, mob. 951 76 592



Kartlenke: <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1swzHUXBogSdmiNFsIhLxPfpZAak9MYM&usp=sharing>