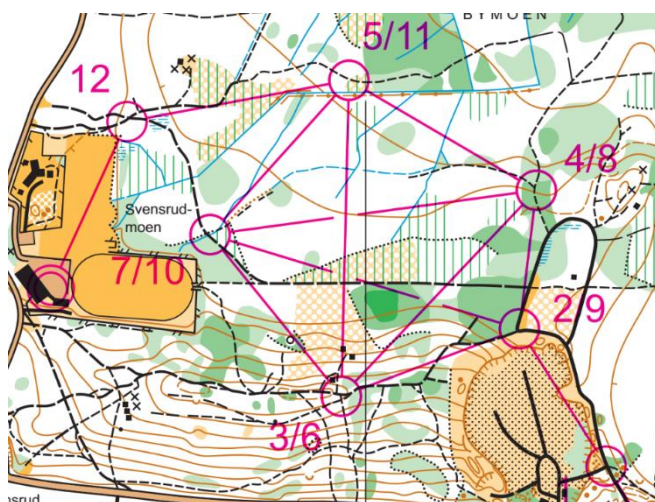


PM - Nattugla 3 – Tirsdag 24. oktober 2017

- Startsted** Vik Ungdomsskole, Viksveien 30, 3530 Røyse.
Oppmøte helst **kl. 18.30** aht. utdeling av brikker, info m.m.
- Målsted** Sør for idrettshallen på Svendsrudmoen.
Deltagere må selv arrangere henting ved mål, eller hente bil ved start.
Det er mulighet for enkel bespisning etter målgang.
Kontakt evt. Anne Guro Nøkleby på mob. 909 67 576 for info.
- Kart** Vik og Helgelandsmoen Sør.
- Målestokk** 1:10 000 (1 cm på kartet er 100 m i virkeligheten).
- Start** Det er **fellesstart** i alle klasser kl. 19.00, og alle klasser løper samme vei fra start mot 1. post.
Skiløpere får kartet noen minutter før start for å bli kjent med kart og løype.
O-løpere får kartet i startøyeblikket.
- Mål** Husk å stemple målpost ved målgang, så du får registrert tiden din.
- Løypelengde** Løype 1 – 7,1 km (ca 8 km, hvis du ikke bommer).
Løype 2 – 4,8 km (ca 5,2 km, hvis du ikke bommer).
Løype 3 – 3,4 km (ca 3,6 km, hvis du ikke bommer).
- Om postene** Posterne som brukes er såkalt «Touch Free» poster.
Dvs. at det ikke er nødvendig å røre postene, men bare holde brikken inntil posten.
Når du er registrert på en post, så skal brikken blinke som kvittering på at du har stemplet.
- Om løypene** Postene på alle løyper ligger ikke langt unna stier, og det er mye stiløyping.
Alle postene har vanskelighetsgrad LETT, men på løype 1 og 2 er strekkene mellom postene litt vanskeligere, og mellom flere poster er det flere veivalgsalternativer. Noen av disse går også gjennom terreng, men det er stort sett opplagte stivevalg på alle strekk, på nær mellom post 8-9 og 11-12 på løype 1.

Det er ikke tillatt å løpe over jordene.

På løype 1 er det innlagt en såkalt pentagon. I en pentagon er det fem poster.
Alle poster skal tas to ganger, men i riktig rekkefølge.
Det er viktig å se godt på nummereringen og strekene mellom postene.
Under vises et eksempel på en pentagon, men det er ikke den som er i løypen.



- Etter løpet** Fra ca kl 20:00 - enkel kveldsmat og premieutdeling på klubbhuset til Holeværingen. Mulighet for dusj. Premieutdeling med uttrekkspremier. Møt opp til en hyggelig avslutning!