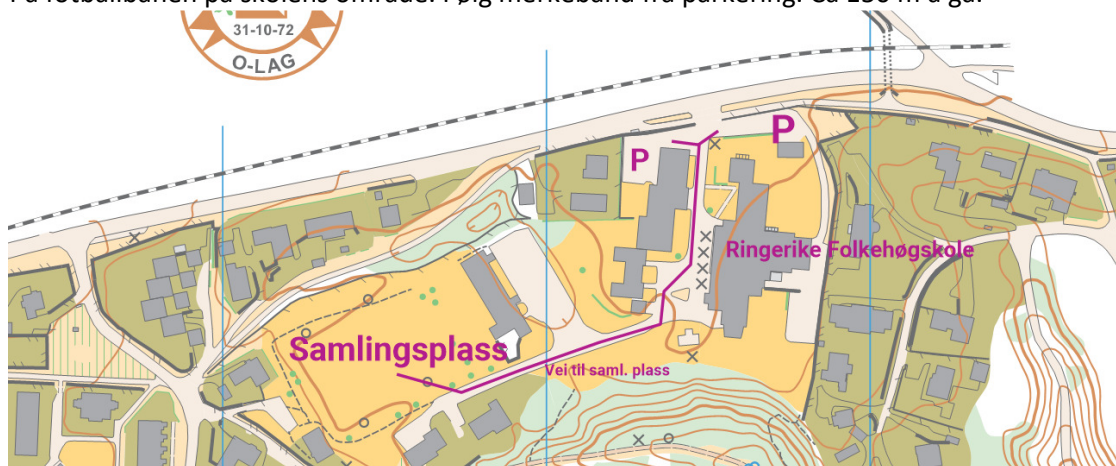


## PM - Nattugla løp 2 – Torsdag 17. oktober 2019

**Oppmøte** Ringerike Folkehøgskole, Askveien 26, 3510 Hønefoss.  
Parkering ved skolen (utenfor bommen).  
Ingen dusjemulighet

**Samlingsplass** På fotballbanen på skolens område. Følg merkebånd fra parkering. Ca 150 m å gå.



**Start** Start fra kl. 19.00-20.00.

**Kart** Blåbærskogen, 1:4 000, sprintnorm. Synfart 2018/2019. Utgitt 2019.

**Terreng/  
løpsform** Noen veier og mindre turstier i området. En del åpen skog. Noen kurver.  
Noen hus og institusjoner i området. Lite biltrafikk.  
Løpet gjennomføres som en lang gate-/skogsprint. Dvs. lengre løyper enn vanlig sprint.

Anbefalt påkledning er vanlig o-tøy og vanlige o-sko/knott. Joggesko anbefales ikke.  
Et par mindre stier har hatt innslag av bregner og brennesler, som ga dårlig løpbarhet.  
Bregner og brennesler er fjernet søndag før løpet.

**Postdefinisjon** Postdefinisjoner er påtrykt på kartet.  
Postkode er påtrykt kartet ut for hver enkelt post.  
Ingen løse postbeskrivelser.

**Poster** Det brukes vanlige EMIT-postbukker.

<b>Løypelengde</b>	Løype 1	4,9 km	B-nivå	(kartet snus underveis)
	Løype 2	3,4 km	B-nivå	(kartet snus underveis)
	Løype 3	2,1 km	B-nivå	

**Husk** O-sko, o-tøy, brikke, kompass, hodelykt.  
Skiftetøy

**Løpsleder** Lars Berglund, mob. 97082813