



PM

Nærløp tirsdag 23.08.11

- Parkering** Høgevoll/Nedrebø gård merket fra E39 ved Søyland. Parkering på samlingsplass. Vi for lov å være innendørs i løa ved dårlig vær.
- Kart:** RESAFJELLET, midlertidig utgitt 2010.
Målestokken **1:7500** for alle løyper.
- Terreng:** Flott terreng, småkupert, med myrer, knauser, berg i dagen, lite til ingen skog. Lavt gras pga beitende kviger. Pga mye regn, noe halvtungt.
- Start:** 18:00 – 19:00 Fleksi. Rekrutter: Møt opp 17:45 for treningsveiledning.
Det er 10 min (500 m) å gå til start nordover opp bakken på traktor vei fra samlingsplass.
- Løypelengder:**
- | | | | |
|---|--------|-----------|--------|
| A | 5.5 km | 18 poster | A-nivå |
| B | 4.1 km | 15 poster | A-nivå |
| C | 2,5 km | 11 poster | C-nivå |
| N | 1,6 km | 10 poster | N-nivå |
- Løypelegger:** Odd Ivar Karlsen
- Merk:** Veldig bra om eldre følger de yngre - dette er krevende orientering selv om det er åpent område. Men desto mer lærerikt!
Det er også kyr og sau på beite, og ber derfor løpere vise hensyn ved kontakt med disse.

Langdistanse med trening på postplukk og retningsendring i småkupert terreng.

Vel Møtt etter Ferien!!