



PM

## KM Langdistanse

lørdag 4. September 2010 (Rogalandsranking 13)

**Frammøte:** Nedrebø 4 km øst for E-39 merket ved Søyland, 15km sør for Ålgård.

**Kart:** Resafjellet (nytt 2010). Målestokk 1:10000 / 1:7500/ 1:5000. Se under hvilken målestokk din løype har. 5m ekv. Synfaringen er utført av Vidar G. Ydse og rentegningen av Håvar Berg's firma i Bodø. Kart-eksempler er gitt nedenfor. Merk at berg-i-dagen er markert med grå-farge. Hele kartet vil bli offentliggjort først på samlingsplass løpsdagen.



**Terreng:** Til dels helt åpent fjellterreng, noe beitemark. Svært detaljrikt, småkoller, skrenter og myrer. God løpbarhet. De fleste myrer er overraskende faste og fine. De aller største myrer er dog mykere og tyngre å løpe i. Der er lite gras i mye av terrenget pga beiting. Flatere berg-i-dagen har svært god løpbarhet.

Merk at vannet i kart-eksemplet nede til venstre er indikert som passerbart, enkelte løyper kan komme i kontakt med dette.

Det er noen gjerder i terrenget, bruk gjerdeklyvere mest mulig.

Der er noen få husdyr i området, vis hensyn.

**Start:** Første ordinære start kl. 14.00. 15 min å gå til start – følg hvite og orange band nord for samlingsplass, først nedover liten bakke, deretter vest langs vei ved siden av vannkanal.

**Kvitteringssystem:** EKT. Løperene er selv ansvarlig for å få på back-up lapp med navn, brikkenr og klasse.

#### Løyper og klasser KM Langdistanse lørdag 04.09.10:

Løype	Nivå	Lengde	Klasser	Målestokk på Kart
1	A	9,5 km	H21	1:10000
2	A	6,7 km	D21, H17-20, H40	1:10000
3	A	4,7 km	D17-20, D40, H15-16, H50, H17AK	1:7500
4	A	3,6 km	D15-16, D50, H60, D17AK	1:7500
5	A	2,7 km	D60, D70, H70	1:7500
6	B	2,8 km	D13-14, H13-14, B-åpen	1:7500
7	C	1,7 km	D10, D11-12, H10, H11-12, C-åpen	1:5000
8	N	1,7 km	D11-12N, D13-16N, D17N, H11-12N, H13-16N, H17N	1:5000
9	N	1,1 km	N-Åpen. Start fra samlingsplass 1 time før ordinær start. Kart hentes i sekretariat. Samme målpost og mål som andre løpere. Regning ettersendes klubben	1:5000
10			SMÅTROLL. Start fra samlingsplass 1 time før start. Kart hentes ved salgskoden. Mål er også ved salgskoden. Betaling ved påmelding kr 30,-	

**KM-klasser er uthevet.**

**Etteranmelding:** På samlingsplass lørdag inntil 1 time før start.

**Premiering:** - Premier til alle til og med 16 år.  
- Medaljer i KM-klassene pr. gjeldende regelverk (disse er uthevet).  
- For de andre hovedklassene er det ingen premiering utover KM-medaljer.  
- Øvrige ikke KM klasser; 1/8 premiering.

**Stafett-endringer:** Lagoppstilling må leveres i sekretariatet på vedlagte skjema innen kl 17:00 lørdag.

**Lykke til !**