

PM CRAFT-cup finaler og Liersprint søndag.

Felles informasjon alle løp, se program.

Terreng

I de øvre delene av terrenget er det åpent myrterreng med glissen furuskog og høy lyng. I skrålia ned mot arena er det for det meste granskog med varierende tetthet med innslag av nye og gamle hogstflater. Området brukes som beitemark og har derfor en del dyretråkk.

Løyper

| Klasse | Startintervall | Lengde | Stigning | Stipulert vinnertid |
|--------|----------------|--------|----------|---------------------|
| D17-18 | 2 min | 3,2 km | 40 m | 25 min |
| H17-18 | 2 min | 4,1 km | 75 m | 25 min |
| D19-20 | 2 min | 3,8 km | 60 m | 25 min |
| H19-20 | 2 min | 4,3 km | 90 m | 25 min |

Løypelegger: Vidar Strand

Kontrollør: Håvard Halvorsen

Start

Første start er kl 11.00, ca. 20 min å gå til start. Avstand til start er ca. 1500 m, hovedsakelig med jevn stigning.

Merket til start sør på arenaen, merket med oransje/hvite merkebånd. Påbudt å følge merking til startområde. Oppvarming må skje langs stien til start. Overtrekkstøy vil bli brakt tilbake til arena.

Startprosedyre:

3 min før – opprop, sjekk av brikkenummer og startnummer.

2 min før – utdeling av løse postbeskrivelser

1 min før – Løper går inn i startboks. Brikken legges på null-enhet når startklokka begynner å pipe 5 sek før start. Løperen aktiverer brikken ved å løfte den av enheten i startøyeblikket og tar kart fra riktig eske. Løperen aktiverer brikken og tar kart i startøyeblikket.
Følg merka løype 100m til startpost vist med trekant på kartet.

Startnummer

Alle løpere skal løpe med startnummer. Disse henger ved starten, sammen med startliste.

PM Liersprinten (publikumsløp) søndag

Liersprinten arrangeres som publikumsløp med hovedsakelig med løyper fra lørdagens stafett.

Start

Første start kl. 10.00 fra arena.

N-Åpen kan starte fra kl. 09.00

Start prosedyre som over, men det er ikke løse postbeskrivelser

Klasser/løyper:

| | | |
|--|--------|--------|
| N-åpen, D/H 11-12N, D/H 13- N | 1,9 km | N-nivå |
| D/H-10, D/H 11-12, D/H 13 C, D/H 17 C | 2,3 km | C-nivå |
| D/H 13-14 | 2,8 km | B-nivå |
| D 15-16, D 50, D 60, D/H 70, H 15-16, D 45, H 60 | 3,1 km | A-nivå |
| D 17, D 35, D40, H 50 | 5,0 km | A-nivå |
| H 17, H 35, H 40, H 45 | 6,7 km | A-nivå |

I N-løypa er det delvis merket mellom 5. og 6. post. N og C løypene vil krysse veien til Eiksetra flere ganger, vær forsiktig!

Småtroll og barneparkering er på arena.