PM Løvspretten 25. mai

Langdistanse

Fremmøte:

Maurdalen, Kolomoen Nord Stange. 200-1500 meter å gå på grusveg til arena.
Bomstasjon på veien til samlingsplass betales av arrangør.

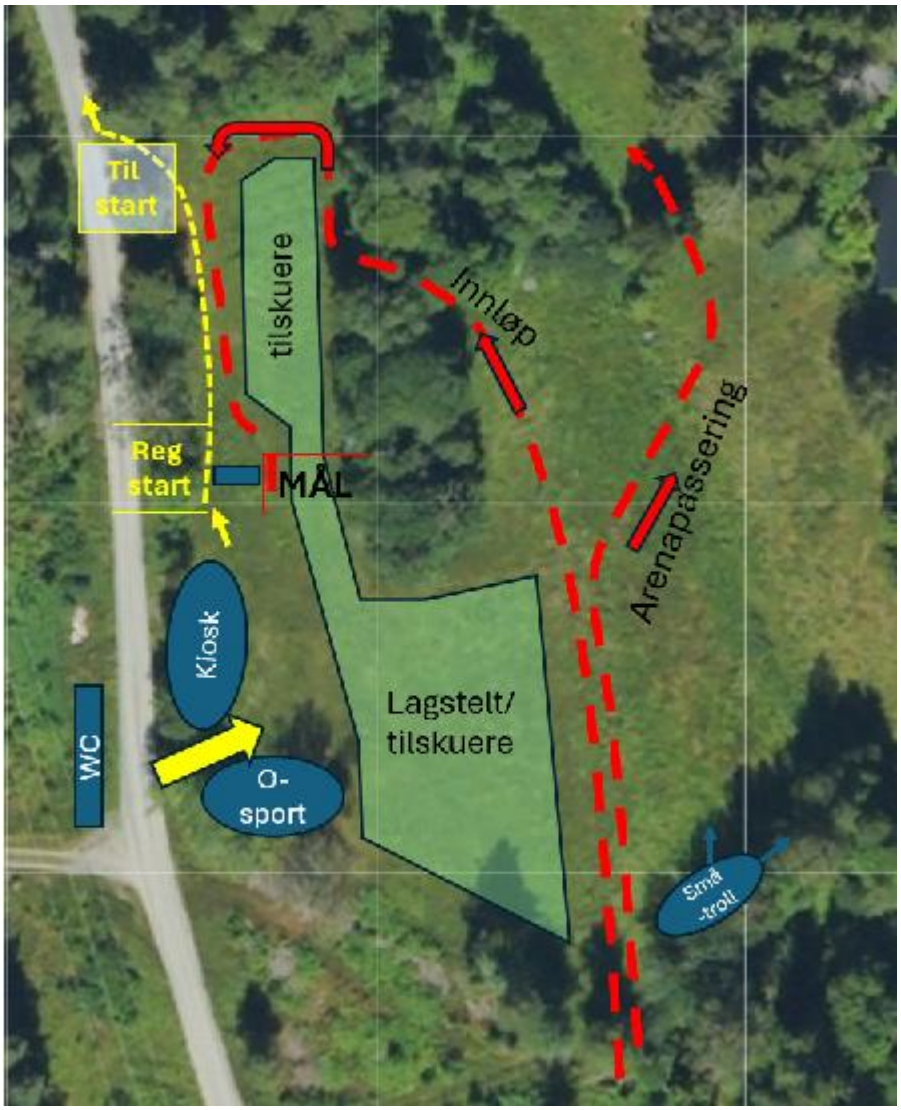
Påbudt innkjøring fra sør, fra Sørlivegen (64).

ENVEISKJØRING FORBI ARENA

INNKJØRING mot arena,
fra E6 avkjøring 64 – Sørli

UTKJØRING fra arena,
kjør nordover til Uthuskrysset

Arena: Maurdalen Stange.



Kart:

Maurdalen, utgitt 2026.
Målestokk 1:10 000 og 1:7 500, ekvidistanse 5m. Se løypeoversikten lenger ned.

Postbeskrivelser:

IOF-symboler trykt på kartet, samt løse postbeskrivelser på starten.

Terreng:

Terrenget er lett til middels kupert furu og barskogsterreng med hovedsakelig god løpbarhet, med slake åsdrag, småkoller og enkelte brattere skrålier. Ca. 200–350 m høyde over havet.

Vegetasjonen varierer fra åpen furuskog til tettere granskog og tettere hogstflater. Det er spredte myrpartier og et moderat nett av stier og skogsbilveier. En del hogstflater med varierende løpbarhet. Innimellom er det tynnings hogst og vindfall.

Orienteringen er fra middels til krevende med både tydelige og mer diffuse partier. Detaljrikt.

Start:

Avstand fra samlingsplass til samme start for alle klasser er ca. 500 m. Husk å registrere brikken i eget telt på veg ut fra nordsiden av arena.

10:30 Fri start i N og åpen klasser til 12.30
11:00 Første start øvrige klasser
Juniortestløpene første start kl. 10.00

Startprosedyre:

3 minutter før start :	opprop og gå frem
2 minutter før start :	ta løs postbeskrivelse
1 minutt før start :	gå frem til kartboksen, eller startlinjen for klasser som får delt ut kart på arena

Ved startsignal løper man noen meter og passerer tidtakingsmatten på vei til startpost. EmiTag nulles automatisk når man løper over tidtakingsmatten.

Startposten ligger ved tidsstart.

Det er minuttstart i alle ordinære aldersklasser. Fri start i alle åpne klasser.

I klassene N1-Åpen, N2-åpen 9-16, N2-åpen 17-, D9-10, H9-10, C åpen 10-16, C-åpen 17-, D-11-12, H11-12 deles kartet ut i løpskontoret. Husk å ta med kartet til start. Åpne klasser har fri start innenfor tidspunktene for ordinær start
Åpne klasser har fri start og egen sluse på start. Det ligger løse postbeskrivelser ved kartboksen.

Stempling:

Det benyttes Emit Touch-Free og kun emiTag brikke.

Klubbene har ansvar for å påse at klubbens løpere har brikke.

Sjekk at du er oppført med riktig brikkenummer i startlista. Ved feil kontaktes løpskontoret før du går til start.

Startnummer:

Juniorklassene skal løpe med startnummer. Disse hentes på start. Det er nye nummer for dag 2, ta gjerne vare på sikkerhetsnålene.

Resultater:

Blir fortløpende lagt ut på https://live.o-tid.no/ under løpet og på Eventor etter løpet

Premiering:

Premier til alle fullførende i klasser t.o.m. 12 år, samt klassene N1-åpen, N2-åpen 9-16, C-åpen 10-16 og B-åpen 10-16.

Klassene D/H 13-14 og D/H 15-16 år har premiering til 1/3 av antall startende.

A-klasser for aldersklassene 17-34 år har premiering til 1/8 av antall startende.

Premie til klassevinner i ordinære seniorklasser, men ingen premie i direkteklasser.

Premieutdeling i D/H 21, juniorer, D/H 13-14, D/H 15-16 annonseres i høyttaler. Øvrige premievinnere henter premie i premieteltet når resultatet er klart. Premier ettersendes ikke.

Småtroll:

Småtroll arrangeres fra arena fra 1/2 time før første start. Ingen forhåndspåmelding.
Kontant betaling NOK 30,-. Vipps # 514196. Premier til alle.

Kiosk/kantine/salg:

Pinseløpenes egen kiosk selger mye godt. O-salgsvogna til O-sport til stede begge dager.

Vask/ toaletter:

Våtklut. Toaletter ved arena, ingen toaletter ved start.

Løypelengder:

Løp	Løvspretten Langdistanse Søndag 25 mai							
Nivå	Damer	Km	Målest.		Herrer	Km	Målest.	
A								
	D17-20	8,0	1:10 000		H17-20	9,8	1:10 000	
	D21-	8,0	1:10 000		H21-	9,6	1:10 000	
	D15-16	5,1	1:10 000		H15-16	6,1	1:10 000	
	D35-	6,1	1:10 000		H35-	8,0	1:10 000	
	D40-	6,1	1:10 000		H40-	8,0	1:10 000	
	D45-	4,8	1:7 500		H45-	6,4	1:10 000	
	D50-	4,8	1:7 500		H50-	6,4	1:10 000	
	D55-	4,3	1:7 500		H55-	5,1	1:10 000	
	D60-	3,5	1:7 500		H60-	4,8	1:7 500	
	D65-	3,5	1:7 500		H65-	4,3	1:7 500	
	D70-	2,8	1:7 500		H70-	3,5	1:7 500	
	D75-	2,3	1:7 500		H75	2,8	1:7 500	
	D80-	2,3	1:7 500		H80-	2,8	1:7 500	
B	D13-14	3,5	1:7 500		H13-14	3,5	1:7 500	
C	D11-12	2,4	1:7 500		H11-12	2,4	1:7 500	
N	D 9-10	2,2	1:7 500		H 9-10	2,2	1:7 500	

Åpne	Klasse	Km	Målestokk	
A	AK-åpen	4,3	1:7 500	
	AL-åpen	7,3	1:10 000	
B	B-åpen 10-16	3,3	1:7 500	
	B-åpen 17-	3,3	1:7 500	
C	C-åpen 10-16	2,2	1:7 500	
	C-åpen 17-	2,2	1:7 500	
N	N1-åpen	1,4	1:7 500	
	N2-åpen 9-16	2,2	1:7 500	
	N2-åpen 17-	2,2	1:7 500	

Merket løype: Enkelte strekk som er merket med bånd. Dette går fram av kartet.

Etteranmelding på løpsdagen:

Gjøres på løpskontoret fram til kl. 10.00 løpsdagen og kun i åpne klasse.

Jury for juniortestløpene:

Gjelder sprint lørdag og skogsløpene søn-man

Bjørn Axel Gran, Halden

Jørgen Tegdan, Freidig

Esten Koren, Nydalen

Løpsleder	Torstein Berg
Løypelegger	Terje Gudbrandsen / Tore Jørgensen
Kontrollør	Lis og Sigurd Dæhli

Innlandet fylkeskommune

HAMAR OK
LØTEN OL
PINSELØPENE PÅ HEDMARKEN