

PM for Vinter-Tiomila, tredje etappe; Långa Natten

Det er flotte løpeforhold i skogen. Det er verken snø, is, løv, lyng eller turgåere som hemmer farta.

For å finne fram til samlingsplass, se kartutsnitt under som bringer deg fra Ytre Ringvei v/Bøler til Haraløkka. Bøler IFs klubbhus nyter godt av Oslo kommunes "krisepakke" og er under renovering. Det betyr at det ikke er dusj, men det er mulig å skifte innendørs.

Start og mål er rett utenfor klubbhuset. For alle klasser er det fellesstart og ingen gafling.

Start kl 1800; 9,6 km (herrer) og 6,4 km (damer, veteraner og AK)
Start kl 1805; 3,5 km (ungdommer og Åpen B) samt "valgfrie poster"

Ulsrudvann-kartet er fra 2006 og er i målestokk 1: 10 000. Kartet har god kvalitet. Naturligvis har det blitt enkelte nye stier siden 2006.

Husk å nulle EKT-brikken din før start!

For de to lengste løypene (9,6 km og 6,4 km) er det selvbetjening av drikke, vann, på tredjepost.

Langløypa har to sløyfer på to separate kart som begge ligger i kartposen. Den lengste sløyfa skal løpes først. For å få denne sløyfa inn på A4-format er målestokken 1:11 000.

Passeringspost etter 7,0 km på langløypa er gjerdeende 50 m nordvest for klubbhuset. De som behøver det kan jo legge ut egen mat og drikke her...

Lykke til!

