



# JAKTPRØVEN

## SØNDAG 19. SEPTEMBER 2010

Velkommen til høstens vakreste eventyr!! For 13. år på rad arrangerer vi lagkonkurranse i kortdistansestafettform, i Bymarka, der alle aldersgrupper kan delta.

**PRINSIPP:** Det legges 6 forskjellige løyper. Hver løype legges slik at forventet bestetid er ca. 20 minutter. De deltakende lag kan settes sammen av hvilke løpere de ønsker så lenge den enkelte meldes på til den riktige løypa for sin alder/kjønn. Stafetten består av 5 etapper. Lagene kan altså settes sammen fritt av løpere som må løpe løyper som beskrevet nedenfor.

### KLASSER OG LØYPELENGDER:

Løype 1	3,2 km	H19-	A-nivå
Løype 2	2.9 km	D19, H17-18, H35	A-nivå
Løype 3	2,7 km	D17-18, D35-, H15-16, H45	A-nivå
Løype 4	2,5 km	D15-16, D40, H50	A-nivå
Løype 5	2,3 km	D/H13-14, D50, H60	B-nivå
Løype 6	2,2 km	D/H10-12, N13-	C-nivå
Løype 7	1,7 km	Nåpen (ikke stafett)	N-nivå

**NB!! Vi forutsetter at alle løpere, også i løype 6, er i stand til å gjennomføre konkurransen uten ledsager. Et lag kan ha løpere fra mer enn en klubb, dersom hovedhensikten med dette er å gi enkeltløpere mulighet til å delta og/eller for å komplettere et lag. Dersom en klubb stiller flere lag skal slik komplettering gjøres på det antatt svakeste laget.**

**Ferske o-løpere som løper løype på B-nivå kan løpe løype 5 uansett alder. Løpere som løper N-løyper kan løpe løype 6 i stafetten uansett alder.**

**SAMLINGSPLASS:** Ringvål skistadion ved Skogly. Merket fra Granåsen  
**PARKERING:** Ved samlingsplass.  
**START:** Fellesstart kl. 12.00.  
**KVITTERINGSSYSTEM:** EKT. Klubbene må varsle om behov for leie av brikker ved påmelding.  
**KART:** Utsnitt fra Leinstrandmarka. Målestokk 1:7500. Ekvidistanse 5 m.  
**SMÅTROLL:** Ja  
**VASK:** Våtklut  
**PREMIERING:** Ja

**PÅMELDING:** Påmelding fortrinnsvis via Palisoft i løpet av fredag 17/9-2010 kl 23:00:  
<http://nydalen.idrett.no/pmdb/index.php?arrid=1394>

Lagoppstilling kan registreres og endres via Palisoft inntil lørdag kl. 18:00  
**Merk at fullt navn registreres i fornavnfeltet og løypenummer som etternavn!**

Påmelding til N-åpen her:  
<http://nydalen.idrett.no/pmdb/index.php?arrid=1395>

Alternativt påmelding gjennom [paameld09@freidig.idrett.no](mailto:paameld09@freidig.idrett.no).

**STARTKONTINGENT:** Kr. 400 pr. lag. Regning ettersendes sammen med resultatliste.  
**LØYPELEGGERE:** Jacob Hygen og Carl Martin Larsen  
**LØPSLEDER:** Magne Lysberg

<http://freidig.idrett.no/o/>