

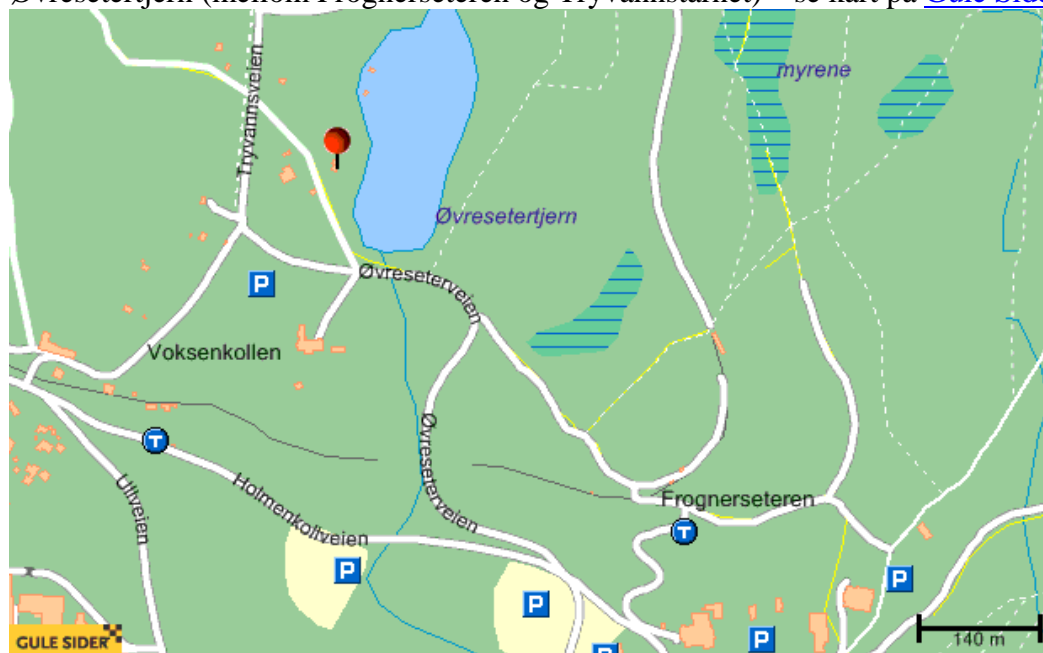


Felles innbydelsen til alle Nordmarkskarussell-løpene finnes på www.nordmarkskarussellen.com. Les den først!

Supplerende informasjon til Nordmarkskarussellens løp nr 5/ OBIK poengløp P21 – torsdag 28. august 2008

Samlingsplass:

Øvresetertjern (mellom Frognerseieren og Tryvannstårnet) – se kart på [Gule Sider.no](http://GuleSider.no):



Kart og terreng:

Holmenkollen, utgitt 2004 (korrigert 2006).

Målestokk 1:10 000 – 5 m. ekvidistanse.

Realt Nordmarksterreng. Grovkupert med en del stigning i de lengste løypene, småkupert med flatere partier i de korteste løypene. Deler av terrenget er åpent og lettløpt, men tettere partier med tyngre bunn forekommer. Da kartet er noen år gammelt, er vegetasjonsangivelsene (grønt og gult) ikke helt à jour. Dels er det grodd til, dels er partier åpnere enn vist på kartet. Det er forbudt å krysse T-banesporet bortsett fra ved Frognerseieren stasjon (undergang og bru for biler kan selvsagt benyttes). Vis forsiktighet ved løping langs og kryssing av trafikkert vei.

Adkomst kollektivt:

T-bane (Linje 1 Frognerseieren) til Voksenkollen. Derfra 500 m. å gå til samlingsplass. Se [rutetabell](#) hos Trafikanten.

Adkomst bil:

Holmenkollveien til Frognerseieren, deretter Øvreseterveien mot NV. Se kartet over. Parkering ved samlingsplass.

Start:

Påmelding ved frammøte på samlingsplass. Fleksistart mellom kl 1630 og 1830.

200 m å gå til start 1 (6,8 km A – 5,4 km A – 3,8 km B)

750 m å gå til start 2 (4,0 km A – 3,0 km A – 2,4 km C – 1,8 km N)

Mål:

Alle må huske å lese av brikken etter målpassering, også de som har brutt løpet.

OBS - Alle må være i mål før kl 2000. Målgang etter dette fører til diskvalifikasjon.

Klasser og løyper:

Både for aktive løpere og bedriftsløpere, se innbydelsen på www.nordmarkskarusellen.com.

Registrering av løpere skjer ved kartkjøp. Kartene leveres upreparerte. Løperne tegner selv inn løypa på samlingsplass. Løse postbeskrivelser til alle løyper.

Startkontingent:

Kr 30,- for klasser opp t.o.m. H/D-16, kr 50,- for øvrige klasser.

OSI Orientering ønsker alle vel møtt!

Med hilsen

Løpsleder Kjetil Dahl, kjedah@hotmail.com, 92060952

Løypelegger Are Eriksen