



## Lyse aktiv



### PM Bedriftsløp

23. aug 2023, Skeiane/Sandvedparken

#### Samlingsplass:

Samlingsplass nord i Sandvedparken ved Skeianetunet. 5 minutt og gå fra Skeiane stasjon. Parkering på offentlige parkeringsplasser i området. Det oppfordres til bruk av kollektivtilbud da det er god tilgang til tog og buss i umiddelbar nærhet.

Egnet for barnevogn til samlingsplass.

#### Kart:

Skeiane, Kartnorm Sprint (ISSOM), Målestokk 1:4000, Ekvidistanse 2 meter

Alle løypene går i hovedsak på vei og parkanlegg, med innslag av lettløpt skogflekker. Antatt vei 2/3 deler, park og terreng 1/3 deler på de fleste løyper. Det er mange poster i området så sjekk postkode.

NB: Det er ikke lov å løpe gjennom private hager/hekker/bed – som er tegnet med olivengrønn farge på kartet! Minner om at alle bør sette seg inn i «fair-play»-reglene! (hva som er forbudt å passere).

Storåna er kun lov å passere på broer og overganger.

Kart og postbeskrivelse blir utlevert i startområdet.

#### Start og mål:

Ca 5 minutter å gå til start i merket trasse. Denne fungerer også som oppvarmingssone. Mål ved samlingsplass.

Fleksistart mellom 1700 – 1900. Brytetid 2000

Løpsantrekk, heldekkende unntatt hode, hals og armer

## Løyper:

Løype	Klasse	Poster	Lengde	Målestokk
B	HA, HB	30	5,9	1:4000
C	DA, HC	29	5,1	1:4000
D	DB, H16, H40	22	4,2	1:4000
E	H50	28	3,9	1:4000
F	D16, H60, H70	25	3,7	1:4000
G	D40, D50	25	3,5	1:4000
H	D60, D75, H75	20	3,2	1:4000
I	HT, H80, D80	20	3,0	1:4000
J	DT	20	2,6	1:4000
K	DNY, HNY	16	2,1	1:4000

Byggeplasser langs Jærveien og i boligfelter som er avstengt og rødskravert i kartet er forbudt område og skal ikke passeres.

Hovedveier med merket med forbudt område skal passeres i undergang og det er laget åpning i kartet. Det er ikke lov å løpe på gravlund eller gangveier på gravlund, er merket som forbudt område på kartet. Vær varsom, løpet foregår i bebyggelse og noe terreng. Postene ligger tildes svært tett

**Løpsleder:** Trond Sigurd Fotland, 957 87 520

**Løypelegger:** Oddgeir Eikeskog

**Førstehjelp:** Magnus Landstad, 934 88 130

**Toalettforhold:** Offentlige toalett i Sandvedparken

