



PM

Sandnes kommune BIL

Onsdag 25. september 2023

Lundhaugen ungdomsskole, Haugen 12, Sandnes





**Kart:** Lundehaugen/Sørbyø utgitt 2024  
Sprintnorm.  
Målestokk 1:4000, ekvidistanse 2 m.  
Format A4. Kart i plastlommer.


Nybegynnere får utlevert kartet i **Etteranmelding**.  
Det er anledning til å se på kartet i 1 min. før start.  
Løse postbeskrivelser ved start.



**Terreng/løyper** Kortløp med noe lengre løyper enn standard lengder for kortløp. Løypene går i boligområder, ved skoler og idrettshall, med stier og gater samt lettlopt parkterreng. Vær oppmerksom ved kryssing av gater med trafikk. Noen områder er sperret pga. utbygging. Dette er markert på kartet som forbudt område å passere/krysse. Kartet er i sprintnorm og regelverket for løping på sprintkart gjelder.



Hagegrønt:  og lilla skraveringer og linjer  er forbudt å krysse. For noen løyper er det i tillegg til karttegn med forbudt passeringsmarkering et sted også brukt sperrebånd.

I postbeskrivelsene er tegnet  for *Spesiell detalj* brukt. Det markerer lyktestolper.

Joggesko eller sko med knotter passer godt. Sko med stålpigger er forbudt.

Det er mange poster i hver løype og stedvis er det tett mellom postene. Husk å sjekke postkodene.

**Løpsantrekk:** Ingen spesielle krav. Helst påkledd.  
**Start:** Ca. 1 min. å gå fra samlingsplass til start.  
**Starttid:** Fleksistart fra kl. 16.30 – kl. 18.30.  
**Brytetid:** Kl. 19.00.

<b>Klasse/løype:</b>	<b>Løype</b>	<b>Klasse</b>	<b>Poster</b>	<b>Lengde</b>
	B	HA og HB	32	3,7 km
	C	DA og HC	30	3,3km
	D	DB, H16 og H40	26	3,0 km
	E	H50	23	2,9 km
	F	D16, H60 - H70	23	2,7 km
	G	D40 og D50	22	2,6 km
	H	D60 - D70, H75	21	2,4 km
	I	HT, H80 og D80	20	2,1 km
	J	DT	18	2,0 km
	K	Dny og Hny	13	1,4 km

**Samlingsplass:** Ved Lundehaugen ungdomsskole. Ved mye nedbør er det mulig å skifte innendørs.

**Toalett:** WC på skolen. Forbudt med o-sko med pigger inne på skolen.

**Barneparkering** Nei, men samlingsplass er i skolegården til Lundehaugen ungdomsskole. Der er det flere lekeapparater og brukes på eget ansvar.

**Småttroll:** Nei.

**Salg:** Brus, kaker og kaffe. Betaling kun med Vipps.

**Parkering:** På parkeringsplassen ved skolen og på grusbanen. Se kart. Vær oppmerksom på løpere som kan krysse gata ved parkering på grusbanen.

Merket med postskjerm fra Hoveveien.

Følg anvisningene til parkeringsvaktene.

Det er lett å trille barnevogn til samlingsplass.

**Ved spørsmål,** Ta kontakt med løpsleder eller løypelegger

**Løpsleder:** Dag Eivind Watsend, 98061072,  
dag.eivind.watsend@sandnes.kommune.no.

**Løypelegger:** Eivind L. Rake, 91336270.

**Førstehjelp:** Eivind L. Rake, 91336270.