PM hovedløpet søndag 31. juli

Kart
- Havet. Målestokk 1:10 000. Ekv. 5 m. Utgitt 2005.

Terreng
- Relativt grovkupert med en del skrålier med blanding av plantet barskog og naturlig skog, flere store myrformasjoner og få stier. Løpbarheten varierer fra lettløpt til områder med vestlandsk "brake"

Klasser/løyper

D14	2,81 km	Stipulert vinnertid	30 min
D15	3,40 km	"	35 min
D16	4,18 km	"	40 min
H14	3,59 km	Stipulert vinnertid	30 min
H15	4,03 km	"	35 min
H16	4,88 km	"	40 min

I tillegg kommer klassene D14-16C og H14-16C, med stipulert vinnertid på 30 min. og løypelengde på 2,62 km.

Samlingsplass
- Almeland. De som kommer med egen bil følger merking fra Kalandsvatnet ved krysset E39 / FV165 skiltet mot Bontveit. Parkering for tilskuere vil være godt merket, inntil 1500 meter å gå langs veg og på skogssti til samlingsplass. Ledere og trenere som vil følge løpet fra samlingsplass, kan følge arrangørens busser og gå fra krysset E39 / FV165, evt sitte på til start. Det vil bli satt opp egen transport mellom start og samlingsplass for ledere. Løpere har ikke adgang til samlingsplass før start. Ledere som har vært på samlingsplass kan ikke dra til start eller tilbake til stevnesenteret før etter siste start.

Klubbtelt
- Det er god plass til klubbtelt på samlingsplass.

Transport
- Det er obligatorisk busstransport for løperne fra stevnesenteret på Slåtthaug til start. Busstransporten tar 15 minutter.
- Første buss går kl. 09.30 Se eget oppslag for detaljert bussrute
- Sekker/bager med tøy til samlingsplass taes med på bussen. Disse fraktes fra busstoppet til samlingsplass. Merkelapper med startnummer er utdelt i deltakerposene og settes på bagasje som skal fraktes til samlingsplass.
- Retur fra samlingsplass til stevnesenteret etter løpet, fra kl. 15.30

Start
- Første starter kl. 11.00. Det er ca. 15 min å gå fra bussen til start.
- Startnummer og brikkelapper ligger i deltagerkonvolutten.
- Postbeskrivelse er trykket på kartet. Løs postbeskrivelse deles ut ved start.
- Arrangøren frakter klær fra start til samlingsplass.

Startpost
- Det er merket til startpost som ligger 50 m etter start.

Mål
- Det er merket fra siste post til mål. Sluttiden registreres når løperne stempler ved målgang.

Væske
- Det er vann ved start.

Do
- På samlingsplass og ved start.

Dusj
- I Slåtthaughallen på stevnesenteret. Det vil også være tilgang til dusj på Smørås skole

Medaljeutdeling

- Det er medaljeutdeling til de tre beste i klassene D 14, D 15, D 16, H 14, H 15 og H 16 ca. kl. 15.00 på samlingsplass.

Premieutdeling/bankett

- Premieutdeling blir under banketten i Slåtthaughallen søndag kveld kl. 19.00
- Det er 1/3-premiering i alle klasser.
- Løperne får utdelt minnekart på banketten.

Tilleggsinformasjon (oppdatert etter trykket PM i program)

Kart

- Tegnforklaring:
  - Spesielle detaljer:
    - Brunt kryss: Maurtue.
    - Grønt kryss: Spesielt tre.
    - Svart kryss: Lekehytte.
  - Flere tegn særegne for terrenget er beskrevet på kartet.

Publikumspost

- D 16 og H 16 vil ha publikumsposter. Kan være lurt å spare litt krefter til slutten i disse to løypene!