

## PM Hu & Hei – Gampeløpet 2019

### Samlingsplass

Samlingsplass er på Studenterytta i nærheten av Skistua og Gråkallen i Bymarka i Trondheim. Parkering er på parkeringsplassen ved Litlgråkallen militærleir, her. Hvis den blir full, benytt parkeringsplassen på Henriksåsen litt lenger ned i Fjellseterveien.



### Påmelding og betaling

Løpskontoret (ved garasjen) åpner kl. 08:00 lørdag morgen. Det er én kø for etteranmelding og én kø for de løperne som er forhåndspåmeldt uten å ha betalt. Alle løpere som ikke har forhåndsbetalt får utdelt startnummer her. Etteranmelding koster kr. 300,- og betaling for forhåndspåmeldte koster kr. 250,-. Mulig å betale både kort og kontant. Siste frist for etteranmelding er 09:20.

### Startnummer

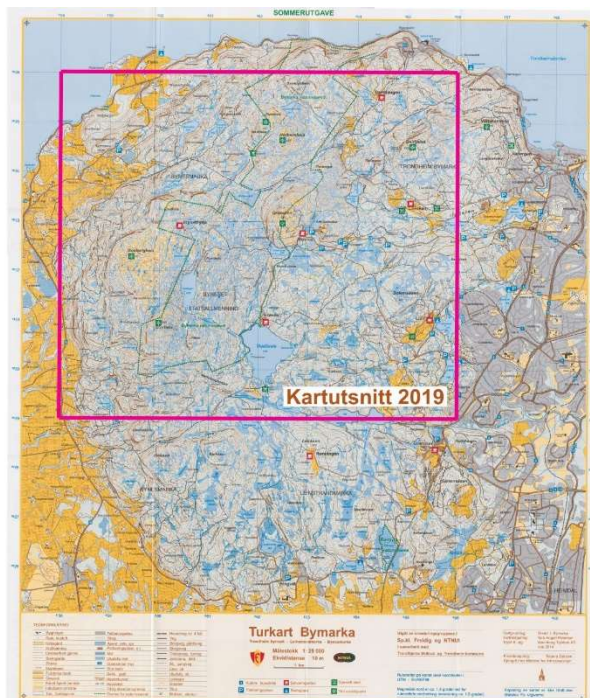
Alle skal løpe med startnummer. For de som har forhåndsbetalt startkontingenten, innen 1. oktober, er det selvbetjening av startnummer utenfor Studenterytta. Siste frist for uthenting av startnummer er 09:20.

### Kart

Turkartet "Bymarka" utgitt av Freidig og NTNUI må benyttes. Kartet har målestokk 1:25 000 og ekvidistanse 10 meter. Det er opp til hver løper å laminere eget kart. Det blir salg av kart og kontaktpapir til laminering på Studenterytta løpsdagen. Det blir også salg fredag 4. oktober under Snuskeløpet. Kart koster kr 90,-, kontaktplast kr 20,- og tusjer kr 20,-.

### Kartutsnitt

Se bilde for anbefalt utsnitt for 2019. Det blir ikke noen naturlige veivalg gjennom delen av bymarka som er sperret terreng for NM-jr. stafett og Norgescup-helg i 2021



## Poster

NTNUI sine vakre o-flagg av gammel modell, 70\*70 cm brukes. På hver post henger det et kartoppslag med neste post inntegnet. Lengden til neste post og tilbakelagt lengde blir oppgitt. Tusj for avmerking av poster må løperne selv ha med. På de fleste postene vil det være sjokolade og rosiner. Husk at det kommer flere etter deg som også trenger litt sjokolade.

## Må medbringes under løpet

Løperne må stille med eget kart og tusj til å tegne på postene. I tillegg anbefales det å ha med drikke, noe nødproviant og mobiltelefon til nødtilfeller. Det kan også være lurt å ha med en tørr trøye, det kan være kaldt i Bymarka i oktober. Kle deg etter været.

## Årets løype

Gjertsenfaktoren presenteres på løpsdagen. Det er forbudt å løpe gjennom hager, og over dyrket mark, markert som gult med svarte prikker på kartet. Løperne oppfordres til å vise naturvett. Det skal ikke etterlates søppel i marka.

## Starttider

Første start jaktstart veteranklasse	kl. 08:30 (vinner av Snuskeløpet veteran)
Første fellesstart veteran*	kl. 08:40 (+1 s i snusk gir +1 s i jakt frem til 8:40)
Hovedfellesstart veteran**	kl. 08:45
Parløp for ungdom	kl. 09:00
Første start jaktstart	kl. 09:30 (vinner av Snuskeløpet kvinner og menn)
Første fellesstart*	kl. 09:40
Hovedfellesstart**	kl. 09:45

\*Først fellesstart: For dem som var mer enn 10 minutter etter vinneren av Snuskeløpet.

\*\*Hovedfellesstart: Fellesstarten for alle som ikke løp Snuskeløpet. Det er da de aller fleste starter.

## Startprosedyre

Det er obligatorisk for alle løpere å registreres på vei inn til startområdet. Jaktstarten foregår gjennom vedbua, møt opp i god tid før starttid. Løpere som skal starte i hovedfellesstarten må vente på avgrenset område etter å ha blitt registrert, mens jaktstarten og første fellesstart foregår. I fellesstartene er det både kartoppslag og opprop av plasseringa til første post.

## Passering

På passering etter førsterunden vil det være lettere servering utenfor Studenterhytta. Husk å meld fra til tidtakerne dersom du gir deg ved passering! Siste frist for å løpe ut på andre runde er kl. 14:30.

## Stempling

Det skal stemples med stifteklemme i kartet på siste post på hver runde, for å bevise at man har vært rundt løypa. Merket fra stifteklemmen sjekkes i mål.

## Målgang

Det er viktig å bli registrert i mål. Alle løpere må være i mål senest kl. 18:00.

### **Brutt løp**

Hvis du bryter: Si fra til arrangøren! Telefonnummer til løpsleder (+47 948 27 440) står notert på alle poster.

### **Førstehjelp**

Det vil være sanitetsansvarlig med førstehjelpssett på arena. I tillegg vil det være kompress og gasbind på postene.

### **Middag**

Mulighetene for matlaging på hytta er fremdeles uklare. Dersom det er for lite kapasitet på kokeplatene vil suppen på passering/mål bli prioritert og det vil ikke være mulighet til å kjøpe middag på hytta etter løpet. Mer info og eventuell meny kommer innen fredag 4. oktober.

### **Garderober, dusj og badstue**

Det er garderober med dusj og varm badstue i kjelleren på Studenterrytta. Siden mengden varmtvann er begrenset oppfordrer vi til å vise moderasjon, slik at alle får varmt vann i dusjen. Sko må tas av før man går inn i hytta!

### **Premier**

Det er pins til alle 1., 5. og 10. gangs fullførte. Det deles også ut 25-års medalje og 40-års medalje til de som skal ha dette. Det blir strikket lue til årets vinnere av dame- og herreklassen. I tillegg får vinnerne av dame-, herre- og superbabesklassene vandrepremier. Vinneren av dameklassen får HU-stolen, vinneren av herreklassen får Gjertsenstolen og første dame som fullfører hele Hu&Hei-løypa får vandreforkleet.

### **Kontaktinfo**

Løpsleder: Are Wigaard +47 948 27 440 [arewigaard@gmail.com](mailto:arewigaard@gmail.com)

Nødnummer: 113

**NTNUI og C.G. Armfeldt ønsker løperne en god tur i Bymarka!**

