



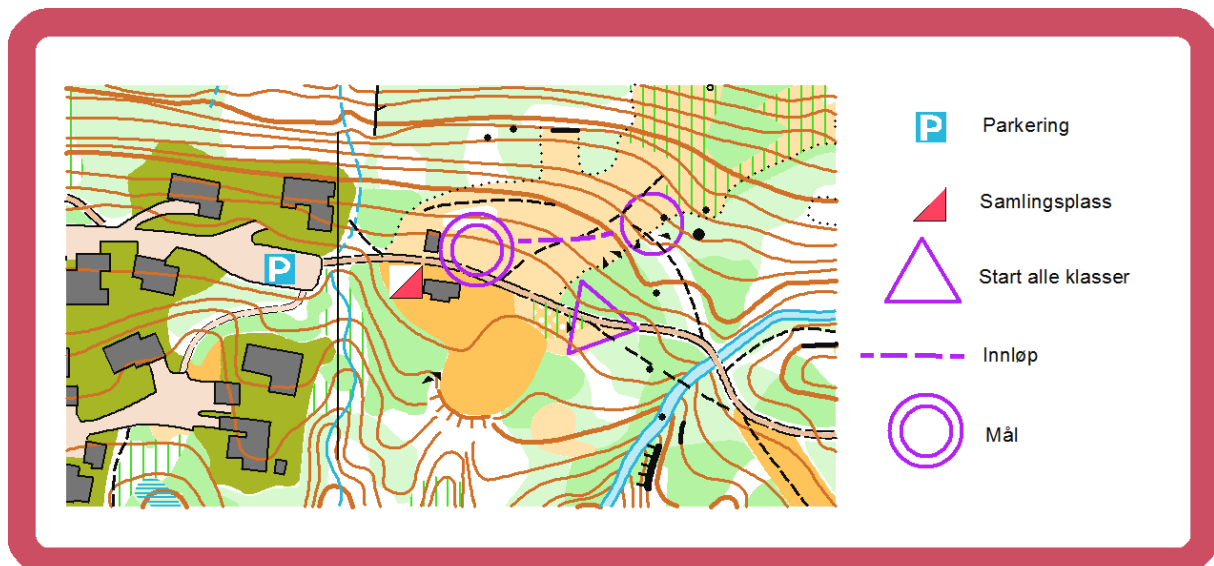
HSB-Cup – Orientering 27.05.2014 – Selforslia



Kjøre og parkeringsanvisning til O-Arena Selforslia



O-Arena Selforslia



NB!!! Det er få parkeringsplasser nær samlingsplassen, så vis hensyn!!

Ukas Løypeleggere
Ole Morten Wie



HSB-Cup – Orientering 27.05.2014 – Selforslia



Løypetilbud

Denne gangen skal vi forsøke oss på et nytt sprintkart i Selforslia.

Skattejakt/Familieløype (Grønn)

1,3 km

Skattejaktløypa er den tradisjonelle løypa for de yngste og familier som Mo Orienteringsklubb har hatt i mange år. Dette er ei enkel løype som går langs tydelige ledelinjer i skogen. Postene er plassert slik at de enkelt kan finnes.

Dagens skattejakt løype går på stier opp til Varmosletta! Noen større og noen mindre stier. Det kan kanskje være litt tungt med noen oppoverbakker.

N-Løype (Gul)

0,5 km

N-løypa er ei veldig lett løype (skal være litt over nivå for skattejakta), men med EKT på postene. Vi anbefaler denne løypa som et tillegg til skattejakta for de minste som ønsker å prøve seg på noe mer, eller som ei fartsløype for de eldre som ønsker å løpe fort.

Når man har gjennomført skattejaktløypa kan man prøve seg i N-løypa. Løypa går langs stier og bekker like ved samlingsplassen. Vi låner ut EKT-brikker slik at man kan få prøve dette.

C-løype (Oransje)

1,7 km

Enkel løype for de som synes at skattejaktløypa er blitt litt for enkel, men som kanskje ikke har så mye erfaring. Ei C-løypa følger vanligvis ledelinjer (sti, bekk, kraftlinje eller lignende). Men oftest ligger postene ikke på ledelinja, men et lite stykke fra den. Det er derfor viktig hele tiden å følge med for å vite når og hvor man må begynne å lete etter posten!

Dagens C-løype er lagt langs stier opp til Varmosletta. Terrenget denne løypa går i er fint. Det er en del poster man bør følge ekstra med på.

B-løype (Rød)

2,9 km

Et godt treningstilbud for den som vil ha ei løype med noen utfordringer. Den største forskjellen på B-løypa og A-løypa er løypelengden!

Det blir en god del "snurringer" på denne løypa. Følg med, 18 poster! I tillegg er det innlagt en «diamant! Asfaltløping: ca 2-5%. Ellers en del sti, men masse terreng og mange bakker! Løse postbeskrivelser!

A-løype (Blå)

4,2 km

A-nivå betyr at man er på det vanskeligst nivået rent o-teknisk!

Dagens lengste løype. Hele 29 poster. Det vil bli kartbytte på dagens lengste løype og en «diamant». Kartbytte på post 11 etter ca 1,6 km. Asfaltløping ca 2-5%! Ellers en del sti, men masse terreng (300 meter stigning)! Løse postbeskrivelser!