



## PM – bedriftsløp 31.mai 2023

**Betaling:** Lagvis -VIPPS til 90985640 (Steinar Libak), merk betalingen med klubbnavn.

**Kontaktperson hos arrangør:** Steinar Libak, s-libak@online.no

**Arena:** Bekken, et småbruk i Løten. Adresse: Vestre Skogbygdveg 1325, Løten. Det er merket med o-skjermer fra Veakrysset (Rokosjøvegen), derfra ca 5 km syd østover til arena.

**Parkering:** På jordet ved arena.

**Kart:** Rokoberget. Utgitt: 2023. 1,5 km, 2,5 km og 3,5 km har målestokk 1:7500. 4,5 km og 5,5 km har målestokk 1: 10 000. Ekvidistanse: 5 m.

**Løypelegger:** Nina Smestad

**Løpsområdet:** Terrenget har uvanlig mye høyde-kurver til å være Løten-terreng. Terrenget varierer mellom detalj-fattige områder, områder med tettere vegetasjon, skråli og svært detaljrike, småkuperte områder. Det er noen stier og veger, og deler av terrenget går helt ned til Rokosjøen. Det er en blanding av furu- og granskog.

**Løyper:**

Det er 8 ulike løyper:

D 1,5 km - H 1,5 km

D 2,5 km - H 2,5 km

D 3,5 km - H 3,5 km

D/H 4,5 km

D/H 5,5 km

Postene ligger tett, så sjekk koder. Postbeskrivelser er trykt på kartet.

**Start:** Merket ca 500 meter østover langs sti fra samlingsplass. Første start kl 17.30.

**Mål:** Det er oppfangende merking fra sistepost til mål. Husk å stemple på målbukken.

**Livelox:** Vi har lagd et arrangement i Livelox for dette løpet. Livelox er et program som gjør det mulig å laste inn GPS-spør for løpet og sammenlikne seg med andre løpere i samme løype. Det er en forutsetning at man har og bruker GPS for å kunne bruke Livelox. Bruk [link](#) eller QR-koden for å finne arrangementet, åpner kl 19.45.

