

Ved endringer av betydning vil vi sende ut en oppdatert utgave av denne info

Hjemmesiden: <http://www.kondis.no/kristins-runde.4726640-127695.html>

(Dessverre rakk vi ikke å få flyttet over til vår nye fine hjemmeside før løpet, det skjer derfor litt senere i sommer). Neste års løp arrangeres for øvrig lørdag 25.juni 2011.

10 dager igjen

Da er det bare 10 dager igjen til Kristins Runde 2010, og i år blir vi mer enn dobbelt så mange som i 2008 og 2009. Løpet har vært fulltegnet og litt til, men i alt 13 forfall gjør at vi i øyeblikket har 54 løpere på startlista. Fjorårsvinnerne kommer også i år, og deltagerlista inneholder mange sterke løpere som har vunnet ultraløp tidligere.

Værmeldingen er ustabil så lang tid før løpet, det svinger fra sol og varmt vær (yr.no) til regn og kaldere (pent.no):

yr.no: <http://www.yr.no/sted/Norge/Oppland/Lunner/Mylla/langtidsvarsel.html>

pent.no: <http://www.pent.no/vaer.aspx?sted=Mylla&lat=60.24&lon=10.55&m=496>

50,5 miles = 81,3 km

Løypa er helt identisk med den vi brukte i 2008, men med start/mål flyttet noen kilometer fra Svartbekken (sjekkpunkt 52) til østre ende av Myllavannet. Det betyr at vi har en løype på 80,5 miles eller 81,3 kilometer.

Kart og løypebeskrivelse

Kart nordre del: http://www.kondis.no/getfile.php/1253368.1495.dpxcupxrcc/KR_2010_NORD.jpg

Kart søndre del: http://www.kondis.no/getfile.php/1253369.1495.vbawpppfpe/KR_2010_SOR.jpg

Løypebeskrivelse:

http://www.kondis.no/getfile.php/1257238.1495.davqvtqsat/KR2010_Loypebeskrivelse.pdf.pdf

Ved frammøte løpsdagen får dere:

- kartet i A3-størrelse i plastpose
 - løypebeskrivelse på baksiden av kartet
 - startnummer og merkelapp til drop-bag
 - tidtakerbrikke
-

Finn Fram

Finn-ram-kart: http://www.kondis.no/getfile.php/1257457.1495.uwupwwydpX/Finn_fram_til_start.pdf

Det er ca 5 kilometer fra Grua til starten ved Mylla. Kjøretid fra Gardermoen og Oslo ca 40 minutter.

3. Kristins Runde Lørdag 19.juni 2010



81,3 km



- Helgehaugen 705 moh - Lamannshaugen 701 moh - Svartjernshøgda 717 moh - Ringkollen 701 moh - Oppkuven 704 moh -

Transport

Det er en del som har meldt behov for transport og andre som har tilbudt seg å ta med passasjerer. Kjøreplan for disse blir satt opp senest mandag/tirsdag neste uke, altså 4-5 dager før løpet. Dersom du er usikker på noe rundt dette, ta kontakt med undertegnede på oengen@broadpark.no eller +47 901 72 776

Overnatting

Alle som har bestilt rom på Rica Gardermoen Hotel gjør opp direkte med hotellet, enten de har bestilt via oss eller gjennom Rica's bookingsystem.

De som skal overnatte i telt finner selv en egnet plass i nærheten av målområdet. Vi anbefaler å finne en plass på motsatt side av broen ved start – altså sør for Myllavannet.

Pass på at du følger disse reglene:

http://www.kondis.no/getfile.php/1202924.1495.dpwpwdbuux/Telte_i_Marka.doc

Det er ingen dusj- eller toalettfaciliter ved start/mål. Det er fine badevann helt inntil plassen.

Servering

Ved målgang spanderer vi cola, sportsdrikk, bananer og snacks i et av teltene eller utenfor. All annen bespising må deltagerne selv besørge. Se også info om servicestasjonene.

Tidsskjema lørdag

05:30-06:30	Utdeling av kart, løypebeskrivelse, startnummer og tidtagerbrikke.
06:45	Opprop og de siste instruksjoner.
07:00	Start.
14:00	Målgang nærmer seg for de beste.
16:00-19:00	Målgang for de fleste.
20:00	Premieutdeling 3 beste damer/herrer og finisher beltespenner* (tidligere hvis mulig).
23:00	Målet stenger.

**De som skal fort hjem får finisher-beltespenner fortløpende*

Resultater

Resultater skrives opp fortløpende på tavle i målområdet. Komplette resultater med mellomtider legges ut neste dag på KR's hjemmeside og på www.kondis.no

Offisielle resultater tas med vanlige klokker. Elektronisk tidtagning er for å se at alle har løpt hele løypa og for å kunne tilby mellomtider. Se mer om tidtagerbrikker lenger ned.

Vennlig hilsen



3. Kristins Runde Lørdag 19.juni 2010



81,3 km



- Helgehaugen 705 moh - Lamannshaugen 701 moh - Svartjernshøgda 717 moh - Ringkollen 701 moh - Oppkruven 704 moh -