



ProMemoria (PM)

4 Summit Race / 4 Summit Race Light :

- Start: Fjellheim, Vingelen 26.06.2010 - kl 09:00.
- Mål: 4 Summit Race: Samme sted senest 27.06.2010 - kl 09:00 (for godkjent løp).
4 Summit Race Light: Samme sted senest 26.06.2010 - kl 15:00 (for godkjent løp).
- Kombinert sykkel-, terreng- og orienteringsløp. Forbudt med motorisert hjelp.
- Oversiktskart utdeles før start. Kart skal medbringes sammen med kompass. Ta evt. med egne kart.
- Påbudt med sykkelhjelm, ta med klær etter rådende værforhold.
- Alle skal medbringe EMIT-brikke for stemping på hver topp – (gjelder 4Summit Race Light).
- Valgfri trasè.
- Stengte grunder SKAL lukkes etter passering.
- Det er forbudt å ferdes over dyrka mark og tun/hyttetun og setervoller. Unntaket er gjennom Kvannbergvollene hvor arrangøren vil merke trasè.
- Langing av mat og drikke fra bil i fart er ikke tillatt.
- Vis hensyn på trafikkert vei, husk trafikkregler.
- Under svært dårlige værforhold forbeholder arrangøren seg retten til å avlyse eller endre topper (flytte stempingspunktene ned i terrenget). Deltakeravgift vil ikke bli refundert.
- Det er forbudt å sykle eller medbringe sykkel innenfor nasjonalparkens grenser. Grensene vil bli skiltet.
- Alle løpere er pliktig til å gjøre seg kjent på kartet hvor nasjonalparkens grenser ligger.

TOPPER – 4 Summit Race:

- | | | | |
|-----------------------|------|------|-----------------------|
| • Hummelfjell | 1543 | moh. | N62 25.773 E11 16.486 |
| • Raudsjøpiggen | 1306 | moh. | N62 13.684 E11 11.514 |
| • Bratthøa | 1221 | moh. | N62 34.391 E10 44.361 |
| • Nordre Gjersjøhøgda | 1229 | moh. | N62 30.398 E10 36.806 |

TOPPER – 4 Summit Race Light:

- | | | | |
|-----------------|------|------|-----------------------|
| • Knausvola | 1041 | moh. | N62 27.915 E10 53.069 |
| • Skardet | 830 | moh. | N62 25.011 E10 49.022 |
| • Svartåsrabben | 983 | moh. | N62 28.451 E10 46.228 |
| • Hølrabben | 1032 | moh. | N62 30.472 E10 47.925 |