

Velkommen til Kalas cup i Varingskollen 16 august.

CK Nittedal står som arrangør av ritt nr. 6 i Kalas Cup 2023 og vi ønsker alle velkommen til å teste formen i våre løyper etter ferien.

For løypenes del blir det ingen store endringer i forhold til tidligere år. Link til løypekart finner du lenger ned. Det bli variasjon i løypa med etablerte stier, skiløype, traktorvei og litt grus. Vi håper løypene bidrar til variasjon i cupen og dermed får sitt særpreg.

Sekretariat blir i skihytta ved start og mål på øvre parkering.

I Varingskollen har vi dessverre ikke tilgang på vann, så dusj og sykkelvask får vi ikke til.

Sekretariat: Åpner kl. 17:15

Ordinær påmelding: Innen Kl. 15:00 på rittdagen.

[Kalas Cup 2023 #6 CK Nittedal \(eqtiming.com\)](http://eqtiming.com)

Etteranmelding: Etter kl. 15:00 vil det være mulig å gjennomføre etteranmelding på internett. Det vil være pc tilgjengelig i sekretariat.

Lisens:

Engangslisens må kjøpes dersom lisensbevis ikke kan fremskaffes!

Startnummer:

Startnummer leveres ut i sekretariatet.

Kiosk: På arenaen ved start og mål.

Løypene: Vi bruker fargekode på løypene: M/K 6-8 kjører kort grønn løype, M/K 9-10 kjører en blå kort mellomlang løype, M/K 11-14 kjører mellomlang rød løype og resten kjører lang sort løype.

Lang løype (sort): Det blir samme utgang som mellomlang løype, men med en ekstra sløffe opp slalombakken og inn på stiparti nedover. Her kommer man så ut på mellomlang løype igjen og avslutningen blir tilnærmet den samme. Det bli variasjon i løypa med stier, skiløype, traktorvei og litt grusvei. Runden er ca. 3 km.

Mellomlang løype (Rød): Løypa byr på fin variasjon med stigninger og nedoverbakker. Løypa har tre partier med sti, trasé i alpinbakken og grus. Runden er ca. 2,3 km og rundetiden vil være ca. 8 - 9 minutter på de eldste. Kjøres av M/K 11-14.

Kort Mellomlang løype (Blå): Løypa følger samme utgang som mellomlang men følger en annen sti ut i alpinbakken hvor den møter Rød løpe igjen og følger samme trasse inn. Denne løypa har variasjon med nye stier, etablerte stier, traktorvei og litt grusvei og er litt over 1 km lang. Kjøres av M/K 9-10.

Kort løype: Løypa går i hovedsak rundt øvre parkering i skiløyper og på grusvei. Løypa har et kort parti med sti og er ca. 700 meter lang. Kjøres av klassene M/K 6 - 8.

Kart (endringer kan forekomme pga. anleggsarbeid i bakken):

[Kort Grønn Løype i Varingskollen - K/M 6-8 år](#)

[Kort Mellomlang Blå løype i Varingskollen - K/M 9-10 år](#)

[Mellomlang Rød løype i Varingskollen - K/M 11-14](#)

[Lang Sort løype i Varingskollen](#)

Dessverre er GPS sporet til GPSies+ litt unøyaktig og det kan se ut som løypa krysser hverandre, men det gjør den ikke.

Her er Garmin spor:

[Grønn løype](#)

[Blå løype](#)

[Rød løype](#)

[Sort løype](#)

Løypebefaring: Prinsipp fra tidligere ritt opprettholdes.

All kjøring i løypa skal skje før konkurransen starter i traseen. Om man ikke rekker dette må man befare løypa til fots på en slik måte at man ikke hindrer de konkurrerende utøverne. Følg løypevaktens instruksjoner ellers kan du bli disket.

Teknisk sone: Kalas Cup er et lavterskelritt som skal fremme rekruttering og det gis derfor mulighet til å gi teknisk bistand rundt hele løypa. Teknisk bistand skal skje utenfor løypa slik at andre ryttere ikke blir hindret i å komme frem.

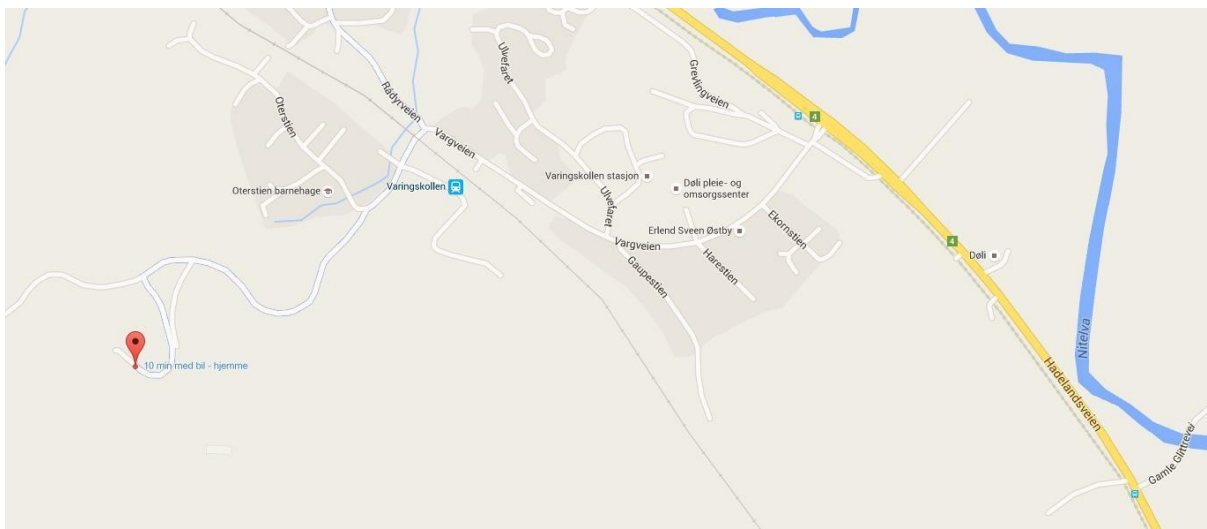
Parkering:

Det er gode parkeringsmuligheter i Varingskollen med 3 store parkeringsplasser. Øvre parkering ligger rett ved arenaen og vi tror at alle får plass her. Nedre parkering ligger ca. 500 meter fra Start og 100 meter fra løypa.

Fra Rv. 4 følger du skilt til Varingskollen (Vargveien). Følg skilt til øvre parkering. Det vil være vakter som anviser til parkeringsplass.

Adresse til rittarena: GPS eller Google Maps bruker du adressen [Vargveien, Hakadal](#)

Koordinater 60°06'14.6"N 10°50'19.6"E



Starttider, Kalas cup i Varingskollen 16. august 2023

Tid	Info	Antall runder	Løype	Startnr. til og fra
17:15	Sekretariat åpner			
18:30	M6-8	1 runde	Kort - Grønn	8000 - 8199
18:30	K6-8	1 runde	Kort - Grønn	8500 - 8599
	Pause 6 min			
18:36	M9	1 runde	Kort - Mellomlang Blå	9000 - 9099
18:38	K9	1 runde	Kort - Mellomlang Blå	9500 - 9599
18:42	M10	2 runder	Kort - Mellomlang Blå	1000 - 1099
18:44	K10	2 runder	Kort - Mellomlang Blå	2000 - 2199
	Pause 10 min			
18:54	K14	3 runder	Mellomlang Rød	2400 - 2499
18:54	K13	3 runder	Mellomlang Rød	2300 - 2399
18:56	M12	2 runder	Mellomlang Rød	1200 - 1299
18:58	K12	2 runder	Mellomlang Rød	2200 - 2299
18:58	K11	1 runde	Mellomlang Rød	2100 - 2199
19:00	M11	1 runde	Mellomlang Rød	1100 - 1199
	Pause 10 min			
19:10	M14	3 runder	Mellomlang Rød	1400 - 1499
19:14	M13	3 runder	Mellomlang Rød	1300 - 1399
	Pause 26 min			
19:40	M-Sen	5 runder	Lang Sort	1 - 99
19:40	M-Jun	4 runder	Lang Sort	200 - 299
19:42	M16	3 runder	Lang Sort	1600 - 1699
19:44	M15	3 runder	Lang Sort	1500 - 1599
19:46	MSport17-29	3 runder	Lang Sort	1700 - 1799
19:48	MSport30-39	3 runder	Lang Sort	3000 - 3999
19:50	MSport40-49	3 runder	Lang Sort	4000 - 4999
19:52	MSport50-59	3 runder	Lang Sort	5000 - 5499
19:52	MSport60+	2 runder	Lang Sort	6000 - 6499
	Pause 3 min			
19:55	K-Sen	3 runder	Lang Sort	100 - 199
19:55	K-Jun	3 runder	Lang Sort	300 - 399
19:55	K16	2 runder	Lang Sort	2600 - 2699
19:55	K15	2 runder	Lang Sort	2500 - 2599
19:55	KSport 17	2 runder	Lang Sort	800 - 849
19:55	KSport 30	2 runder	Lang Sort	850 - 899
19:55	KSport 40	2 runder	Lang Sort	900 - 949
19:55	KSport 50	2 runder	Lang Sort	950 - 999