



IL GeoForm



ønsker velkommen til åpent **Rankingløp fra Movatn** PanOrama

Onsdag 16. august 2023

Arena ved velhuset/Sørbråten IL



Start/Mål: Mellom kl 16:30 og ca 18:00. **NB: Postene tas inn fra kl 19:15.** Starten er, som i fjor, på utsiktspunktet ved Gaupekollen. Dit er det 2,3 på vei og sti med 220 meter stigning fra arena. Derfra kommer alle rett inn i indrefiletten av terrenget. Mål er 250m SØ for flyvraket. Herfra er det 1,25 km med 110 meter fall på sti og vei ned til arena.

Beregn god tid t/r start/mål. Utsikten er fantastisk!

Kart: Maridalsalpene. Revidert 2022. Ekvidistanse **5 meter**.

Terreng Dette er selve indrefiletten av Maridalsalpene. Den består av gammel granskog med innslag av tartanmose og noen åpne fine myrer. Området er generelt svært kupert, derav navnet, men også i år benytter vi den fineste og raskeste delen av terrenget i området rundt Gaupekollen, Sjuputtmyra, Vittenbergkollen og Hansakollen. **Det er innslag av fløyelsbunn og kort gress flere steder. Kilometertidrekorden for "alpene" fra 2022 er på 7:09. Den tilhører Håkon Raadal Bjørlo, men kan bli senket ytterligere i år!**

Løyper	4,90 km – Lang	– 24 poster – 1: 6000 – 2-sidig liggende A4
	3,92 km – Mellom	– 14 poster – 1: 6000 – 2-sidig liggende A4
	2,34 km – Kort	– 10 poster – 1: 6000 – 2-sidig liggende A4

Det utdeles løse postbeskrivelser med IOF-symboler ved påmelding. Ta gjerne med postbeskrivelseholder og egen A4-plastlomme. Det er også postbeskrivelser på kartet.

Det er ikke merket til start (513 moh), men anbefalt trasé er lagt inn på baksiden av kartet. Dette gjelder også returen fra målposten, 250m SØ for flyvraket (400 moh) øst for Hansakollen.

I år er det ikke lagt inn så mange utsiktspunkter som tidligere, men starten er etter min mening på det fineste stedet i Maridalsalpene.



Herfra vil Gaustatoppen (1883 moh og 120 km vestover) på en klar dag være synlig i horisonten. Fra en av de siste postene samt mål er det flott utsikt ned mot Sørbråten og østover.

Fremmøte: **Grusplassen sør for huset til Sørbråten Vel, 450 meter sørvest for Movatn stasjon.**

Kjør Maridalsveien innover til Maridalen kirke. Fortsett 2,5 km videre nordover og ta av til høyre. Følg skilting til Sørbråten. På grunn av Maridalsspillet blir det en liten omkjøring via Maridalen skole på returen.

Parkering: På grusplassen sør for velhuset. Skulle det bli fullt der, er alternativet Movatn stasjon 450 meter nordøstover. Merk at det kun er tillatt å stå på østre side mot sporene. **Ikke parker hos naboene til grusplassen!**

Kollektivt: Gjovikbanen er stengt på grunn av flom. Det går buss (R31) fra Kjelsås stasjon til Movatn stasjon. Den ligger 450 meter fra samlingsplass. Avgang **fra Kjelsås** 1540, 1602, 1640 og 1702.

Retur fra Movatn 1726, 1827, 1925 og 2029. Turen tar ca 22 min. fra Kjelsås (Sone 1). Alternativ nordfra vil ta lang tid via RV4 og Sinsen.



Startkontingent: OSI/GeoForm og løpere under 17 år: **kr 30**
DNV/Esso: kr 30 (faktureres). Alle andre: **kr 50**
Vipps: 10 10 93 (“GeoForm startkontingent”) eller kontant

Tidtaking: **Vanlig Emit-brikke.** Leiebrikker kr 20. Leiekompass kr 20.

Løpsleder: Guttorm Egge (4156 7173)

Resultater: <https://ilgeoform.no/rankinglop/>
Se også: <https://eventor.orientering.no/Events/Show/18329>
Livelox blir tilgjengelig fra kl 16:00

Toaletter: Ingen offisielle fasiliteter

VELKOMMEN!

Noen bilder fra tidligere løp/ekspedisjoner:

Kollesamlingen sett fra veien innover i Maridalen. I år besøker vi bare de tre lengst til høyre.



Infoskilt ved stien ca halveis mot start, og rett nedenfor Ramnagrø.





Dette steder heter **Ramnagrø**, og ligger snaue 100m øst for stien mellom start og arena. Grunnmuren er markert på kartet.



Svartputten ligger ca 800 meter fra start mot nordvest. For de som starter tidlig, kan man fint rekke en dukkert her før løpet. Bildet er tatt 14 juni 2020, og vanntemperaturen var da godt over 20 grader.



Mitt favorittsted i Maridalen: Årets startpost på utsiktspunktet sør for Gaupekollen



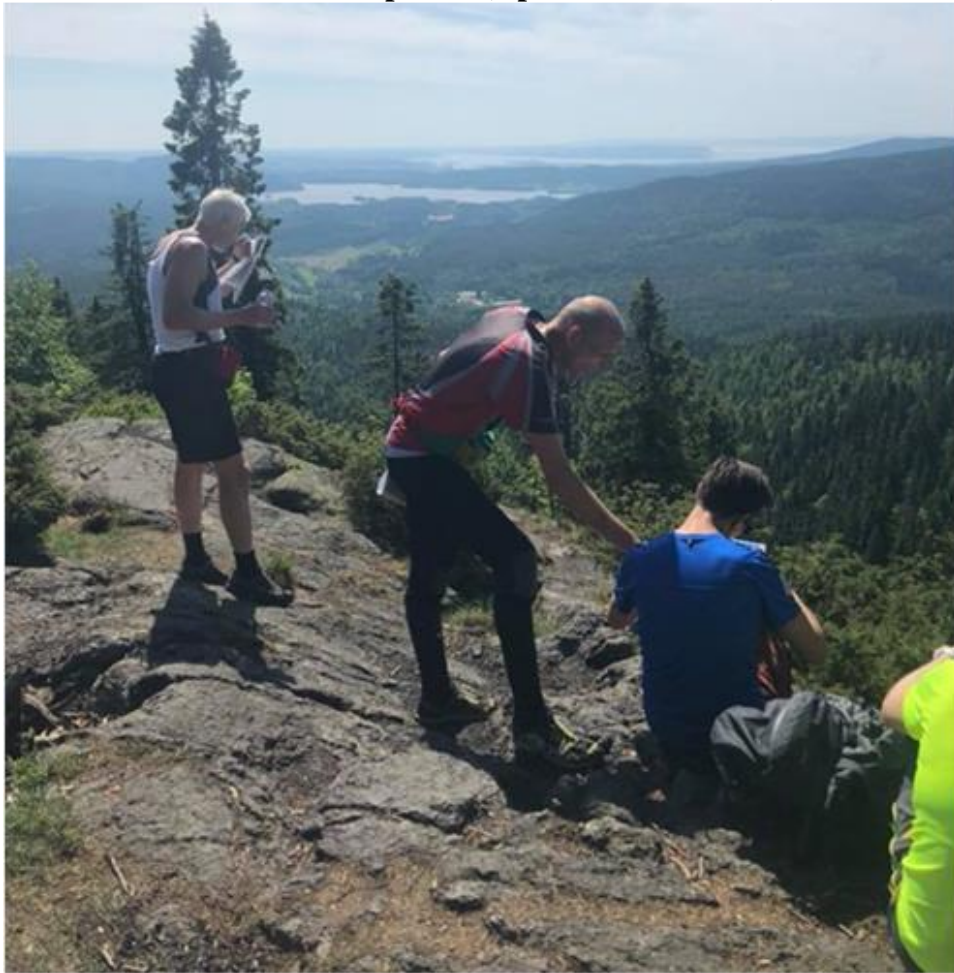
Dausjøen, Maridalsvannet, Bunnefjorden og Nesodden. Skar leir i midten.



Fagervannsåsen, Tryvannstårnet og Gaustatoppen i midten helt bakerst



Bare noen meter foran startposten (løpslederen i midten)



Alle løyper passerer ved Sjuputtmyra. Vittenbergkollen i bakgrunnen (mot sør).



Sjuputtmyra mot nord



Rett vest for årets løpsområde: Litt lang plen og tartanmose...



250m fra mål



Stor artikkel om flyvraket fra Aftenposten / A-magasinet 16.05.19 her:
<https://www.aftenposten.no/amagasinet/i/Xg97oo/Kapittel-1-Flyvraket-i-Hansakollen-Avskjedsbrevet-forklarer-hva-som-skjedde>

Flyvraket fra en litt annen vinkel



Se også: Årsskrift 1998 - Maridalens Venner - 53 MB - pdf
<http://www.maridalensvenner.no/getfile.php/3472236.611.aeaapbefdt/A%CC%8Arsskrift+1998L.pdf>



VIPPS

10 10 93

(Kr 50/30 “GeoForm
startkontingent”)