

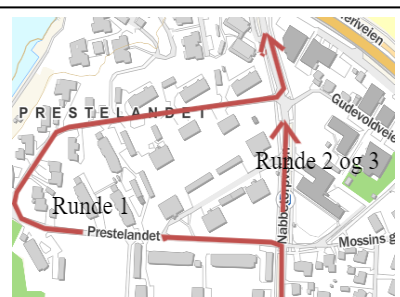
Skal du løpe halvmaraton?

Ta deg tid til å lese dette, da unngår du å løpe feil!

Halvmaratonløypa består av 3 runder som er nesten like, men ikke helt. Det er smart å studere løypekartet litt på forhånd. På løpsdagen er et stort kart slått opp i startområdet. Og følg med på løypemerkningen underveis! Det er **3 områder** som du bør være ekstra oppmerksom på:

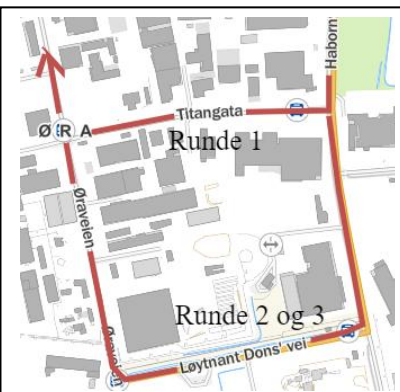
1. Nabbetorpveien/Prestelandet:

I Nabbetorpveien, rett før passering 1km, tar løypa av til venstre mot Prestelandet og kommer ut igjen i Nabbetorpveien litt lenger framme. **Denne sløyfa mot Prestelandet skal bare løpes på runde 1. På runde 2 og 3 løper du rett frem her.** Merkingen vil bli justert når alle har passert punktet for første gang, så det bør være greit å forstå.



2. Habornveien/Titangata på Øra:

Løypa følger Habornveien sydownover mot Øra. **På runde 1 skal du ta av til høyre inn Titangata** (rett før passering 5km). **Men på runde 2 og 3 skal du helt ut til Løytnant Dons vei før du svinger vestover mot Øraveien.** Merkingen vil bli justert når alle har passert Titangata første gang.



3. Øraveien/Heibergs gate v/Vaterland:

Nordover langs Øraveien løper du langs veikanten på høyre side. Like etter passering 6km på runde 1 (i veikrysset ved Vaterland), **skal du krysse kjørebanen og løpe inn på gangveien på venstre side og følge denne nordover langs Heibergs gate. Det samme gjør du på runde 2. På runde 3 skal du ikke krysse veien, men bare fortsette langs høyre veikant helt inn til mål.** Stedet der løypa deler seg vil være godt merket. Vær også oppmerksom på at løpere som er ute på hhv 2. og 3. runde kan komme til dette punktet samtidig. Dette kan skape litt forvirring, dersom du bare følger etter løperen foran, uten å tenke over om du skal ut på ny runde, eller om du skal mot mål.

