



HU & HEI 2025



PM GAMPELØPET

Samlingsplass

Samlingsplass er på Studenterhytta i Trondheim Bymark. Parkering er på Litj-gråkallen parkeringsplass [her](#). Hvis den er full, benytt parkeringsplassen på Henriksåsen eller ved Fjellseter kapell litt lenger ned Fjellseterveien.

Buss

Det er satt opp buss 08:00 fra Rema 1000 Moholt som stopper på Lerkendal, Studentersamfunnet, Ila og Byåsen Butikksenter. Møt opp i god tid. Se etter buss fra «Thorleifs bussreiser.» Bussen går kun en vei. Se på atb eller samkjør ned. Rutebuss går 1-2 ganger i timen fra Skistua.

NB! Bussen koster 70kr og ikke 50kr slik det står på påmeldingssiden.

Påmelding og betaling

Løpskontoret (ved garasjen) åpner kl. 08:00 lørdag morgen. Det er én kø for etteranmelding og én kø for de løperne som er forhåndspåmeldt uten å ha betalt. Alle løpere som ikke har forhåndsbetalt, får utdelt startnummer her. Etteranmelding koster kr. 345,- og betaling for forhåndspåmeldte koster kr. 280,-. Betaling skjer med vipps (726401). Siste frist for etteranmelding er 09:20.

Startnummer

Alle skal løpe med startnummer. For de som har forhåndsbetalt startkontigenten innen 2. oktober, er det selvbetjening av startnummer utenfor Studenterhytta. Siste frist for uthenting av startnummer er 09:20. Bær startnummer godt synlig!

Klasser

1. runde er 18 km.
2. runde er 11 km.

Veteranklassen, Ungdomsklassen og Dameklassen går ut på å fullføre første runde. Herreklassen, Superbabesklassen og superveteranklassen går ut på å fullføre begge rundene.

Multiconsult

Kart

Turkartet «Bymarka» utgitt av Freidig og NTNUI må benyttes. Kartet har målestokk 1:25 000 og ekvidistanse 10 meter.

Det er løpers ansvar å laminere eget kart. Det blir salg av kontaktpapir til laminering på «stripa» på Sentralbygget på Gløshaugen onsdag 1.oktober 11:00-13:00 [her](#).

Kart og kontaktpapir kan også kjøpes på Snuskeløpet dagen før.

I tillegg vil det være mulig å kjøpe kart på DiskO (Herman Krag's Veg 22-4) i uken før løpet. Vi er oftest hjemme, men kontakt gjerne 99121102 om du vil være sikker på at du ikke møter låst dør.

Kartutsnitt

Se bilde til høyre for anbefalt utsnitt for 2025.

Minner om at samlingsplass er tett på sperret område til O-festivalen 2026, det er ingen poster eller relevante veivalg via sperret terreng.

Poster

NTNUI sine vakre o-flagg av gammel modell 70*70 cm brukes. På hver post henger det et kartoppslag med neste post inntegnet. Lengden til neste post og tilbakelagt lengde blir også oppgitt. Tusj for avmerking av postene må løperne ha med selv. Det ligger et enkelt førstehjelpssett på hver post. Det vil være sjokolade og rosiner på postene.



Husk å lukke sjokoladelokket etter deg!

Stempling

Det vil henge en stifteklemme på sistepost på begge runder. Her skal man stemple i kartet eller annet stemplebart materiale, som bevis på at man har vært rundt løypa.

Må medbringes under løpet

Løperne må stille med eget kart og tusj til å tegne på postene. I tillegg oppfordrer vi til å ha med drikke, proviant og fulladet mobiltelefon. Det kan være lurt å ha med en tørr trøye, det kan bli kaldt i Bymarka i oktober. Kle deg etter vær!

Veteraner

Hu & Hei er en tøff utfordring i potensielt kaldt og guffent vær, dette kan få alvorlige konsekvenser. Vi ber derfor om at alle, spesielt veteraner, vurderer om de er egnet til å ta seg gjennom løypa. Diskuter det også gjerne med dine nærmeste.

For alle veteraner er det pålagt å ta med seg fulladet hodelykt og mobiltelefon. Legg gjerne inn løpsleders mobilnummer på forhånd (94971104, Inga Skaarer Wiklund).

Ved spesielt guffent vær forbeholder arrangøren seg retten til å sende veteraner ut på den litt kortere andrerunden.

Årets løype

Løypelegger: Oda Scheele

Gjertsenfaktoren presenteres på løpsdagen. Det er forbudt å løpe gjennom hager, og over dyrket mark som er markert gult med svarte prikker på kartet.

Løperne oppfordres til å vise naturvett. Det skal ikke etterlates søppel i marka!

Starttider

Første start jaktstart veteranklasse kl. 08:30 (vinner av Snuskeløpet veteran)

Første fellesstart veteran* kl. 08:40 (+1 s i snusk gir +1 s i jakt frem til 8:40)

Hovedfellesstart veteran** kl. 08:45

Parløp for ungdom kl. 09:00

Første start jaktstart kl. 09:30 (vinner av Snuskeløpet kvinner og menn)

Første fellesstart* kl. 09:40 (+1 s i snusk gir +1 s i jakt frem til 9:40)

Hovedfellesstart** kl. 09:45

*Først fellesstart: For dem som var mer enn 10 minutter etter vinneren av Snuskeløpet.

**Hovedfellesstart: Fellesstarten for alle som ikke løp Snuskeløpet. Det er da de aller fleste starter.

Startprosedyre

Det er obligatorisk for alle løpere å registreres på vei inn til startområdet. Jaktstarten foregår gjennom vedbua, møt opp i god tid før starttid. Løpere som skal starte i hovedfellesstarten må vente på avgrenset område etter å ha blitt registrert, mens jaktstarten og første fellestart foregår. I fellesstartene er det både kartoppslag og opprop av plassering til første post. Fellesstartene holdes i et større område nær arena.

Passering

På passering vil løperne bli sluset gjennom vedbua. Forsikre deg om at du blir registrert gjennom. Meld fra til tidtakerne dersom du gir deg etter passering! Siste frist for å løpe ut på andre runde etter passering er **kl. 14:30**. Det blir servert mat og drikke ved passering på Studenterhytta.

Målgang

Det er viktig å bli registret i mål. **Alle løpere må være i mål senest kl 18:00.**

Brutt løp

Hvis du bryter: Si ifra til arrangøren! Telefon til løpsleder (94971104) står notert på alle poster.

Førstehjelp

Det vil være sanitetsansvarlig med førstehjelpssett på arena. I tillegg til kompress og gasbind på postene.

Bålpost

Sistepost på førsterunden er bålpost. Her vil det være god stemning!

Studenterhytta

Det vil være tilgang på Studenterhytta under hele arrangementet. Inngang vil være avmerket på arena. Det vil være mulighet for å gå på do under hele arrangementet. Det er strengt forbudt å ta med medbrakt alkohol inn på Studenterhyttas område!

Garderober, dusj og badstue

Det er garderober med dusj og badstue i kjelleren på Studenterhytta. Se etter merking for inngang ned til toalett/garderober. Sko skal tas av før man går inn i hytta!

Multiconsult

Premier

Det er pins til alle 1., 5., og 10 gangs fullførte. Det deles også ut 25-års medalje og 40-års medalje til de som skal ha dette. Vinnerne av dame-, herre-, og superbabesklassene får vandrepremier. Vinneren av dameklassen får HUstolen, vinneren av herreklassen får Gjertsenstolen og første dame som fullfører hele Hu&Hei-løypa får vandreforkleet.

Foto

Det vil bli tatt bilder under arrangementet.

Kontaktinfo

Løpsledere:

Idunn Strand, idunn@svingen12.net, 416 54 726

Inga Skaarer Wiklund, inga@wiklund.org, 949 71 104

Oda Scheele, odascheele1211@gmail.com , 991 21 102

Nødnummer: 113

NTNUI og C.G. Armfeldt ønsker løperne en god tur i Bymarka!

Multiconsult