

Norsk friidrett

Ullevaal stadion
Sognsveien 75 J
0840 Oslo
E-mail: friidrett@friidrett.no
Tlf.: +47 94 83 33 26



LØYPEMÅLING

- RAPPORT FOR NASJONAL KONTROLLMÅLT LØYPE -

INFORMASJON OM ARRANGEMENT OG LØYPE
Arrangement: Straumemila
Arrangør: Sotra Sportsklubb
By/Sted: Øygarden
Arrangementsdato: 30. mai 2026
Dato og klokkeslett for måling: 14.04.2026, kl. 18.00
Distanse(r) som skal måles: 5K (10K arrangeres også, 2 * 5K løype)
Kalibreringsdistanse: 350m
Terrengtype: Flat asfalt <input type="checkbox"/> Småkupert <input type="checkbox"/> Kupert <input checked="" type="checkbox"/> Terreng <input type="checkbox"/>
Type trasé: Rundløype <input checked="" type="checkbox"/> Frem og tilbake <input type="checkbox"/> A til B <input type="checkbox"/> Annet <input type="checkbox"/>
Høydeforskjell mellom start og mål: 0m
Beskrivelse av startsted 5K: (Fig 3)
Beskrivelse av mål: Som Start
Avstand i rett linje mellom start og mål: 0m
Start og mål avmerket: Ja <input type="checkbox"/> Nei <input checked="" type="checkbox"/>
Km-markeringer: Ja <input checked="" type="checkbox"/> Nei <input type="checkbox"/>
Retning på måling: Med løpsretning <input checked="" type="checkbox"/> Mot løpsretning <input checked="" type="checkbox"/>
Norsk rekord kan godkjennes: Ja <input type="checkbox"/> Nei <input checked="" type="checkbox"/>

KONTAKTPERSONER		
	Løypemåler:	Sotra IL
Kontaktperson:	Ivar Andreas Sandø	Per Magne Handegård
Telefon:	91648793	99094318
Epost:	lvarsando53@gmail.com	phandegard@gmail.com

Det bekreftes herved, at løypa er oppmålt av en nasjonal sertifisert løypemåler fra Norsk friidrett. Løypa er oppmålt i henhold til Norsk friidretts bestemmelser, og distansen(e) har de(n) korrekte lengde(r). Oppmålingen gjelder i 5 år med unntak hvis traseen endres.

19.04.2026 Ivar A. Sandø

26.4.2026

Peer Jensen

Dato Løypemålers underskrift

Dato

NFIFs godkjenning

Norsk friidrett

Ullevaal stadion

Sognsveien 75 J

0840 Oslo

E-mail: friidrett@friidrett.no

Tlf.: +47 94 83 33 26



KALIBRERINGSSTREKNING OG PROSEDYRE	
Lengde på målebånd (kun stålmålbånd)	50m
Lengde på kalibreringsstrek 1. måling	350,00m
Lengde på kalibreringsstrek 2. måling	350,00mm (2cm diff.)
Evt. 3. måling (max 1 cm diff pr. 100m mellom 1.-2. måling)	
Gjennomsnitt av målinger før justeringer	350,00m
Temperatur (asfalt eller direkte på målebåndet)	+20 C
Justering jfr. $D-(D*(1+(temp-20)*0,0000115))$	0
Målt kalibreringsstrek etter justering	350,00m
Avstand fra start/mål til kalibreringsstrekning	15K

KALIBRERINGSINFORMASJON (max 8 Counts differanse på 1000m mellom 4 målinger, dvs. 2 Counts på 300m og 3 Count på 400m)						
	Kalibrering før start			Etterkalibrering		
	Dato og klokkeslett: 14.04 17.30			Dato og klokkeslett: 14.04 19.15		
	Start	Stopp	Diff.	Start	Stopp	Diff.
1. Måling	40252	44180	3928	33957	37887	3930
2. Måling	44180	48108	3928	37887	41818	3931
3. Måling	48108	52036	3928	41818	45749	3931
4. Måling	52036	55963	3929	45749	49679	3930

Norsk friidrett

Ullevaal stadion
Sognsveien 75 J
0840 Oslo
E-mail: friidrett@friidrett.no
Tlf.: +47 94 83 33 26



	Før måling	Etter måling	
Gjennomsnitt (1+2+3+4) / 4	3928,25	3930,5	Dagens konstant. Enten høyeste eller gjennomsnitt av før og etter måling
Antall klikk 1 km	11223,57	11230,00	
Tillegg 1‰	11,22	11,23	
Konstant (avrundes til heltall)	11235	11241	11238

MÅLEPROSEDYRE		
Dagens konstant	11235 (under måling)	
Oppmålte meter	Teller	Beskrivelse av sted
0	65710	Start 5 K
Mållinje	21392	Mål 5K, løypen er 44m for kort
5000m	21885	493 counts etter mållinje, tilsv. 44m

Norsk friidrett

Ullevaal stadion

Sognsveien 75 J

0840 Oslo

E-mail: friidrett@friidrett.no

Tlf.: +47 94 83 33 26



KONKLUSJON AV MÅLING

- **Hvordan målte du?**

Vi målte 5K løypen fra start til mål. Ved mållinje viste teller 21392, 5000m ville ha vært på 21885. Altså er løypen 493 counts = 44m for kort.

Avvik korteste vei :

Fortau og Fotgjengeroverganger skal benyttes.

Justering av løype :

Endelig konstant er 11238, mens den som ble benyttet i målingen var 11235.

Dette gjør at løypen skal justeres med 45m i stedet for 44 som oppgitt i tabellen på Side 3.

Norsk friidrett

Ullevaal stadion
Sognsveien 75 J
0840 Oslo
E-mail: friidrett@friidrett.no
Tlf.: +47 94 83 33 26



Figur 1 KALIBRERINGSSTREKNING

350m calibration course in Straumevegen



Start and end marked with nails and permanent spray on asphalt



Norsk friidrett

Ullevaal stadion
Sognsveien 75 J
0840 Oslo
E-mail: friidrett@friidrett.no
Tlf.: +47 94 83 33 26



Figur2 LØYPEKART

Løypen går i to sløyfer med start/mål på parkeringsplass ved Sartor Senter (Fiigur 3)
Først på natursløyfe (hvite piler), deretter asfaltløype (blå piler)



Norsk friidrett

Ullevaal stadion

Sognsveien 75 J

0840 Oslo

E-mail: friidrett@friidrett.no

Tlf.: +47 94 83 33 26



Figur 3 : Start - og mållinje

Start/ mållinje ligger i forlengelse av kant langs parkeringsplass som vist i figuren



Norsk friidrett

Ullevaal stadion
Sognsveien 75 J
0840 Oslo
E-mail: friidrett@friidrett.no
Tlf.: +47 94 83 33 26



Figur 4 : Justering av løype for å sikre korrekt løypelengde

Like før mål (ca 100m) løpes det over et fotgjengerfelt som vist med blå piler.

I stedet for å løpe over det offisielle fotgjengerfeltet, løpes det 22,5m lenger og deretter over et midlertidig felt som vist i figuren med røde piler. Dette sikrer arrangør med vakter og bånd.

