



## **Os orienteringsklubb innbyr til nærløp i ORIENTERING POKALKAMP løp nr. 5 / 2016 i Bergensregionen tirsdag 16. august 2016**

### **ARENA**

Askvikskogen ved tidligere Askvik båtbyggeri  
Følg skilt mot Hagavik/Strøno. Merket fra E39 ved UnoX  
Asfalt-og grusveg til arena, ingen barneparkering  
Ingen garderobe eller toaletter.

### **PARKERING**

Parkering på tidligere Askvik båtbyggeri, følg anvisning fra parkeringsvakter.  
5-10 min å gå fra parkering til arena.  
Reis kollektivt eller samkjør, hvis du ikke går eller sykler til løpet! Buss nr. 602 stopper like ved arena, gå av på holdeplass "Askvikskogen" og følg merking til arena

### **KART**

Utsnitt av Vardefjell, utgitt 2000, delvis revidert i 2015, målestokk 1:7.500 (1:10.000 i A-Lang), ekvidistanse 5 meter.

### **TERRENG**

Vanlig tungt Bergensterreng med en del undervegetasjon og mange myrer med varierende løpbarhet. En del skråli og stigning, særlig i de lengste løypene.

### **LØYPER / KLASSER**

Nybegynnerløype 1,4 km: D/H-10N, D11-12N, H11-12N, D13-16N, H13-16N, Åpen N  
C-løype 2,0 km: D-10, H-10, D11-13, H11-13, Åpen C  
B-løype 2,5 km: H12-14, D12-16, D50-, D65-, Åpen B  
A-kort løype 3,2 km: H15-16, D17-, H50-, H65-, Åpen AK  
A-lang løype 4,7 km: H17-, D19-  
Åpen N er for løpere/ledsagere over 16 år, Åpen C er for løpere/ledsagere over 13 år.  
I C-løypa kan evt. ledsager «skygge», men skal ikke hjelpe barna til mange poeng.

### **START OG UTLEVERING AV KART**

Fleksi-start mellom kl. 17:30 og 18:30. 600 meter å gå til start.  
Løse postbeskrivelser for A- og B-løypene ved start, men postbeskrivelsene finnes også på kartet.

Kart til A-løypene tas i startøyeblikket.

Kart til B-løypa tas 1 minutt før start.

Kart i N- og C-løypene utleveres på arena.

### **STEMPLINGSSYSTEM**

EMIT. Brikker til leie for kr. 25.-. Begrenset antall

### **STARTKONTINGENT OG PREMIERING**

D17-, H17-, D19-, D50-, H50-, D65-, H65-: kr. 75,-

Øvrige klasser: kr. 30,-

Ingen premiering på enkeltløp, men sammenlagtpremiering iht [kretsens regelverk](#) etter sesongslutt.

### **PÅMELDING**

Forhåndspåmelding via Eventor innen mandag 15.august kl. 22:00:

<http://eventor.orientering.no/Events/Show/6485>

Forhåndspåmeld deg hvis du tror du skal delta, det sendes kun faktura for faktisk startende.

Forhåndspåmeldte behøver ikke registrere seg ved frammøte på arena, og kan gå rett til start. Etterpåmelding på arena løpsdag er mulig, men vil kunne medføre ventetid. Vær tidlig ute!

### **LØPSLEDER**

Turid Rognsvåg, tlf.: 9182 5616, e-mail: turid.rognsvag@hotmail.com

### **LØYPELEGGER**

Tommy Sævareid, tlf. 4738 2657, e-mail: tommy.saevareid@gmail.com

### **KONTROLLØR**

Geir Rognsvåg, tlf. 9504 3932, geirongns@online.no

**VEL MØTT!**