



# Velkommen til Bergen Sprint Camp 10.-12. februar 2017



## Program & PM

### Program

*Bergen Sprint Camp 2017 består av 4 løp og 1 trening helgen 10. februar til 12. februar. Det blir en helg med høy kvalitet på øktene, gode sprintkart og spennende foredrag.*

| Opplegg            | Tidspunkt             | Beskrivelse  |
|--------------------|-----------------------|--|
| Trening            | Fredag<br>12:00-13:30 | Opplegg: enmanns - stafett, tre løyper.<br>Oppmøte: Badstuen, Persenbakken 20  |
| Nattsprint         | Fredag<br>18:30-21:00 | <b>Konkurransen.</b> Oppmøte: Arena Gimle skole.<br>Vinnertid: 15-17 min.  |
| Bysprint           | Lørdag<br>09:30-12:00 | <b>Konkurransen.</b> Oppmøte: Arena St. Paul barneskole.<br>Vinnertid: 13-15 min.  |
| Urb-O Sløyfesprint | Lørdag<br>14:00-16:00 | <b>Konkurransen.</b> Oppmøte: Arena St. Paul barneskole.<br>5 korte løyper, vinnertid: 5 x 4-6 min.  |
| Felles middag      | Lørdag<br>18:00-19:00 | Lasagnebuffe.<br>Sted: Scandic Ørnen Hotell, Lars Hilles gate 18<br><b>NB! Kun for forhåndspåmeldte.</b>   |
| Foredrag           | Lørdag<br>19:15-20:15 | Tema: Hva skal til for å bli en god sprint-orienteringsløper?<br>Foredragsholdere er Roger Gjelsvik og Håkon Jarvis Westergård.<br>Sted: Scandic Ørnen Hotell, Lars Hilles gate 18<br><b>NB! Kun for forhåndspåmeldte.</b> |
| Finale: Puljestart | Søndag<br>10:00-12:30 | <b>Konkurransen.</b> Fellesstarter i puljeformat (puljer à 6 løpere).<br>Oppmøte: Arena Nygårdsparken.<br>Vinnertid: 13-15 min.  |

Legg spesielt merke til regler for sammenlagresultater, info om startlister og fair play nedenfor.

**I PM presenteres først all felles informasjon for hele BSC. Deretter kommer detaljer for hver aktivitet.**

## Fra og til flyplassen

Mange kommer med fly til Bergen og tar flybussen inn til sentrum. Merk at tur-retur billett er billigere enn to enkle billetter.

De som skal til Marken Gjestehus går av på Bergen busstasjon, perrong N. 10 minutter å gå fra stasjonen til gjestehuset.

De som skal til Clarion Hotel Admiral går av på Fisketorget, Bryggen. 5 minutter å gå fra Fisketorget til hotellet.

Søndag: Til flyplassen går bussen fra Bergen busstasjon, perrong N. 15 minutter å gå fra arena Nygårdsparken til busstasjonen.

Finn avgangstider på [www.flybussen.no/Bergen](http://www.flybussen.no/Bergen).

## Adkomst til konkurranser

Utvis god sportsånd: bruk kun de markerte veiene (se kartene) til og fra løpene lørdag og søndag selv om det betyr at du må gå en omvei. Ledere bes ta ansvar for sine utøvere.

Ingen organisert parkering ved arenaer. Bruk parkeringshus i sentrum eller annen offentlig parkering.

## Transport

Alle aktiviteter utenom nattsprinten vil være i direkte nærhet av Bergen sentrum og overnattingsstedene.

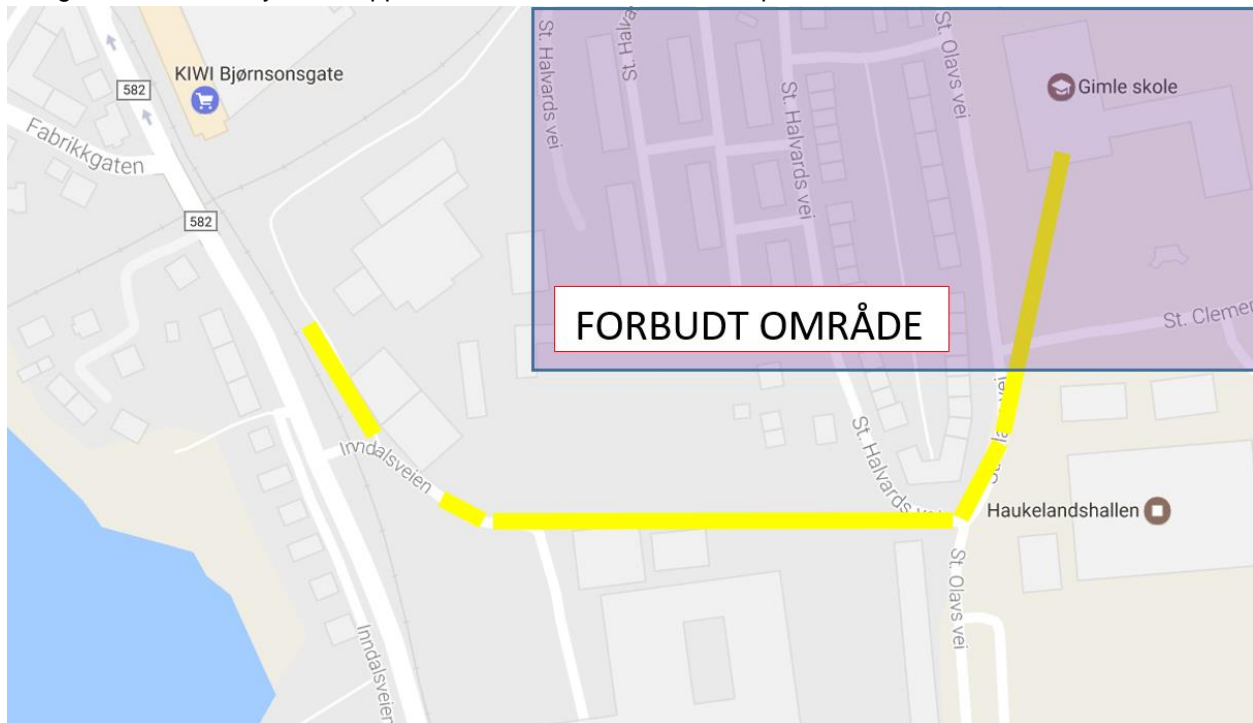
Adkomst til nattsprinten, arena Gimle skole fra Bergen sentrum:

Ta Bybanen fra Byparken, evt. Nonneseter, til bybanestopp **Kronstad**. Avgang hvert 5. minutt. Deretter gange ca. 5 minutter til arena Gimle skole, via rute angitt på kartet nedenfor.

Rute Bybanen Bergen sentrum – Kronstad:



Gange fra Kronstad bybanestopp til arena Gimle skole som vist på kartet her:



#### Retur fra nattsprinten til Bergen sentrum:

Bybanen fra bybanestopp Kronstad, avgang hvert 10. minutt.

#### Bybanebillett

Det er billigere å kjøpe billett til bybanen via appen "Skyss Billett" enn kontant på bussen. Appen kan lastes ned gratis til både iPhone og Android. Det er mulig å kjøpe billett til flere personer på samme telefon.

Alternativt må billett kjøpes på automat på bybanestoppet.

Se også [Kjøp av bybanebillett](#)

#### Klasseinndeling

Løype 1: D-16, D17-18, D19-20, D21- og D40-

Løype 2: H-16, H17-18, H19-20, H21- og H40-

Sammenlagt konkurrerer alle som har samme løype mot hverandre, uavhengig av alder.

#### Startlister

Startlister vil bli lagt ut på [BSC sin hjemmeside](#).

Startliste til nattsprinten vil bli lagt ut senest torsdag 9. februar kl. 12:00.

Startliste til bysprinten kommer senest fredag 10. februar kl. 22:30

Foreløpig startliste til finalen kommer senest lørdag 11. februar kl. 22:30.

Dersom man oppdager feil på den foreløpige startlisten for finalen må disse meldes til [magnusrognehalland@gmail.com](mailto:magnusrognehalland@gmail.com) innen lørdag 11. februar klokken 23:30. Det kan bli enkelte justeringer i finalelistene natt til søndag, endelig startliste for finalen er klar 08.00 søndag.

### **NB! Starttider for Urb-O Sløyfesprint**

Startlisten for bysprinten ligger også til grunn for starttid i Urb-O Sløyfesprint.

Startfeltet deles i 2 puljer:

- Alle som starter før 10:15 i bysprinten starter mellom 14:00 og 15:00 i sløyfesprinten.
- Alle som starter etter 10:15 i bysprinten starter mellom 15:00 og 16:00 i sløyfesprinten.

Merk at det kan bli mørkt i de trangeste smugene etter klokken 16:00, så ikke møt opp for sent.

## **Startnummer**

**Det benyttes startnummer kun i finalen.**

Følgende løpere skal benytte startnummer:

Herrer: Løpere i de seks siste startpuljene

Damer: Løpere i de fem siste startpuljene

Startnummer hentes på løpskontoret sammen med sikkerhetsnåler. Endelig nummer tildeles ut fra startlisten som presenteres på hjemmesiden søndag 08.00.

## **Kart og postbeskrivelse**

Det er målestokk 1:4000 på alle løp og treninger. Kartet ligger i plastlomme.

Postbeskrivelse er trykket på alle kart. Det finnes også løse postbeskrivelser ved start på nattsprint og bysprint.

## **Brikkenummer**

Sjekk på startlisten at du er påmeldt med riktig Emit-brikkenummer. De som må endre brikkenummer etter at påmeldingen er stengt i Eventor bes sende mail til [magnusrognehalland@gmail.com](mailto:magnusrognehalland@gmail.com) senest torsdag 9. februar kl. 21.00. Etter det tidspunktet er det kun mulig å melde fra om brikkeendringer på løpskontoret på respektive arena.

Vi kan ikke garantere at løpere som kommer til start med feil brikkenummer uten å ha gitt beskjed i forkant vil komme på resultatlistene.

## **Lånebrikker**

De som er meldt på uten brikkenummer går til løpskontoret fredag kveld og får låne brikke for hele helgen.

## **Skovalg**

I utgangspunktet anbefaler vi joggesko eller skor med gummiknotter på hele Bergen Sprint Camp. Vær oppmerksom på at det kan være glatt i gatene, og skovalget må vurderes etter værforholdene.

*Merk: Det er god værmelding for helgen, og per onsdag kveld er det ingen snø i løpsområdet. Kan være litt is noen få steder pga. kulde.*

*Ta med et par sko med pigger i reserve i tilfelle det blir glatt på veiene om det blir stjerneklart som meldt til fredagens nattsprint eller minusgrader på de andre løpene.*

Obs -det kan være glatt på gress, brostein og heller.

## Sikkerhet og lys

Vi er gjester i trafikken. Vær forsiktig! Alle løper på eget ansvar! **Det er påbudt å løpe med refleksvest på fredagens nattsprint.** Vær oppmerksom på at flere trafikkerte veier krysses - vis forsiktighet ved kryssing av disse.

Dersom det er dårlig vær kan det være godt å ha en form for kartlys på løpet lørdag ettermiddag. På fredagens nattsprint anbefales **skikkelig hodelykt**.

## Fair play

Sprintnormen gjelder 100%. Det er kartet som gjelder selv om det er fysisk mulig å passere f.eks. en hekk (mørkegrønn) eller upasserbar mur (tykk svart). Gjør deg kjent med sprintnormen før BSC ved å lese [her!](#)

## Tunneler og forbudte veier

Viktig info om tunneler og forbudte veier kan leses [her](#).

## Middag og foredrag

**NB! Kun for forhåndspåmeldte!**

Idrettsbuffet med lasagne, brød og salat serveres 18.00-19.00 på Scandic Ørnen hotell i Lars Hilles gate 18.

Retten etter middagen blir det foredrag med Roger Gjelsvik og Håkon Jarvis Westergård.

## Premiering

Det blir lik premiering i dame- og herreklassen.

Det blir premier til alle 6 i søndagens A-finale og vinneren av B-finalen. De seks beste dame- og herreløperne sammenlagt får henholdsvis kr 3000 – 2000 – 1000 – 500 – 500 – 500.

Det blir også premier til de tre beste opptil 16 år.

Premieutdelingen starter rett etter søndagens A-finaler på Arena Nygårdsparken.

## Toalett

Det finnes toalett på alle arenaene.

## Sammenlagresultater

Følgende løp teller i sammendraget for Bergen Sprint Camp 2017:

- Nattsprint
- Bysprint
- Urb-O Sløyfesprint
- Finale

Sammenlagtplasseringen i Bergen Sprint Camp er gitt på følgende måte:

- For hvert enkeltløp blir det utdelt 5000 poeng til beste løper av hvert kjønn, 4500 poeng til nest beste løper osv. i fallende skala ned til 220. plass (se poengtabell nedenfor).
- Poengene etter de tre innledende løpene summeres. De 6 beste herrerne uansett aldersklasse blir plassert i A-finalen og konkurrerer om plasseringene 1-6. De med plassering 7-12 blir plassert

i B-finalen, og deretter forsetter det slik med 6 løpere i hvert finaleheat. Tilsvarende gjelder for damene.

- Hvis to eller flere løpere har samme poengsum før finalen, teller (1) beste enkeltplassering, (2) nest beste enkeltplassering, (3) tredje beste enkeltplassering, (4) sum av alle løpstider, i forhold til startpulje i finalen.
- I finaleheatene benyttes det spredningsmetode. Førstemann i mål vinner.
- For løpere med startnummer: rekkefølgen i mål bestemmes av måldommer ved kryssing av mållinje. Målstimpling skjer etterpå. Det er brikken som bestemmer løpstiden.  
For andre løpere: målstimpling avgjør plassering, brikken bestemmer løpstiden.

Etter alle løpene blir det presentert klassevise resultatlister i tillegg til sammenlagtlister - også i finaleløpet.

## Poengfordeling

Alle som fullfører med godkjent resultat får minst 1 poeng.

| Plass. | Poeng | Plass. | Poeng | Plass. | Poeng | Plass. | Poeng | Plass. | Poeng |
|--------|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
| 1      | 5000  | 11     | 2300  | 21     | 1355  | 31     | 945   | 41     | 745   |
| 2      | 4500  | 12     | 2150  | 22     | 1295  | 32     | 925   | 42     | 725   |
| 3      | 4125  | 13     | 2000  | 23     | 1245  | 33     | 905   | 43     | 705   |
| 4      | 3800  | 14     | 1900  | 24     | 1195  | 34     | 885   | 44     | 695   |
| 5      | 3550  | 15     | 1800  | 25     | 1145  | 35     | 865   | 45     | 685   |
| 6      | 3300  | 16     | 1700  | 26     | 1095  | 36     | 845   | 46     | 675   |
| 7      | 3050  | 17     | 1625  | 27     | 1065  | 37     | 825   | 47     | 665   |
| 8      | 2850  | 18     | 1550  | 28     | 1035  | 38     | 805   | 48     | 655   |
| 9      | 2650  | 19     | 1475  | 29     | 1005  | 39     | 785   | 49     | 645   |
| 10     | 2475  | 20     | 1415  | 30     | 975   | 40     | 765   | 50     | 635   |

Videre: 625,615,605,595,585,575,565,555,545,535,525,515,505,495,485,475,465,455,448,441,434,427,420,413,406,399,392,385,378,371,364,357,350,343,336,329,322,315,308,301,294,287,280,275,270,265,260,255,250,245,240,235,230,225,220,215,210,205,200,195,190,185,180,175,170,165,160,158,156,154,152,150,148,146,144,142,140,138,136,134,132,130,128,126,124,122,120,118,116,114,112,110,108,106,104,102,100,98,96,94,92,90,88,86,84,82,80,78,76,74,72,70,68,66,64,62,60,58,56,54,52,50,48,47,46,45,44,43,42,41,40,39,38,37,36,35,34,33,32,31,30,29,28,27,26,25,24,23,22,21,20,19,18,17,16,15,14,13,12,11,10,9,8,7,6,5,4,3,2,1

## Detaljinformasjon om trening og konkurranser

### Fredag 10. februar: Enmanns-stafett - Oppmøte Badstuen

Oppmøte: Varegg IL sitt klubbhus, Badstuen:



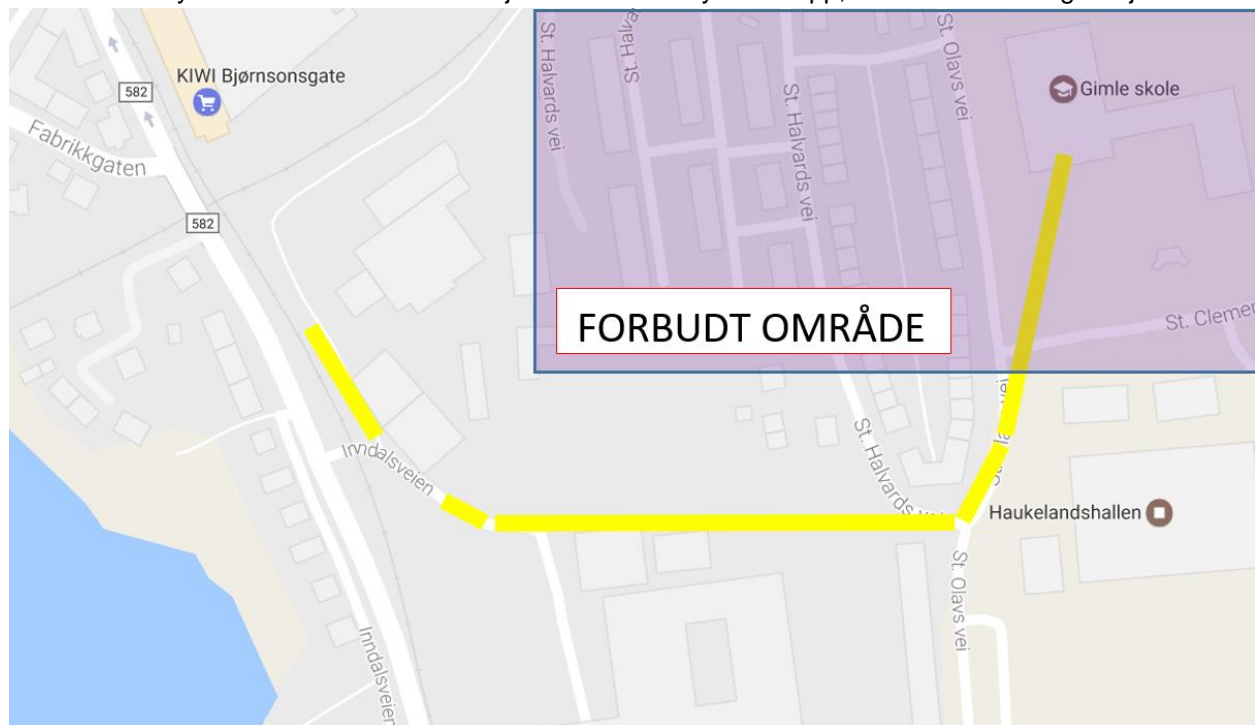
#### Øktforklaring:

Hver løper skal løpe enmanns-stafett med tre etapper. Raskeste vei på hver løype (etappe) er 1,4 km. Noen trafikkerte veier skal passeres, vær forsiktig!

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>Start</b>                   | 12:00-13:30.<br>Merket løype fra Badstuen til startstedet.  |
| <b>Startordning</b>            | Fri start, ingen tidtaking.   |
| <b>Startgrupper</b>            | Man starter i grupper eller individuelt etter eget ønske.   |
| <b>Løyper</b>                  | På kartet er det tegnet inn løyper i tre forskjellige kartutsnitt. Hver løype utgjør en etappe.<br>I hver løype er det lagt inn forbudte områder (lilla skravering), som varierer i hver løype. Dvs. at et område som er merket som forbudt i ene løypen kan være tillatt å løpe i en annen løype.<br>Det er ingen markering av forbudt område i terrenget. |
| <b>Kart og postbeskrivelse</b> | Målestokk: 1:4000, Ekvidistanse: 5 m<br>Kartet er tegnet i 2009, revidert i 2016.<br>Ingen postbeskrivelse.   |
| <b>Poster</b>                  | Det er ingen stempling, kun postskjermer på postdetalj.   |
| <b>Terreng</b>                 | Bymiljø, delvis med trange gater og smug. Noe kupering. Noe motortrafikk, og midt på en fredag vil det nok være en del folk i området. Vis hensyn!  |

## Fredag 10. februar: Nattsprint - Arena Gimle skole

Adkomst via bybanen til arena skal kun skje fra Kronstad bybanestopp, som merket med gul linje i kartet.



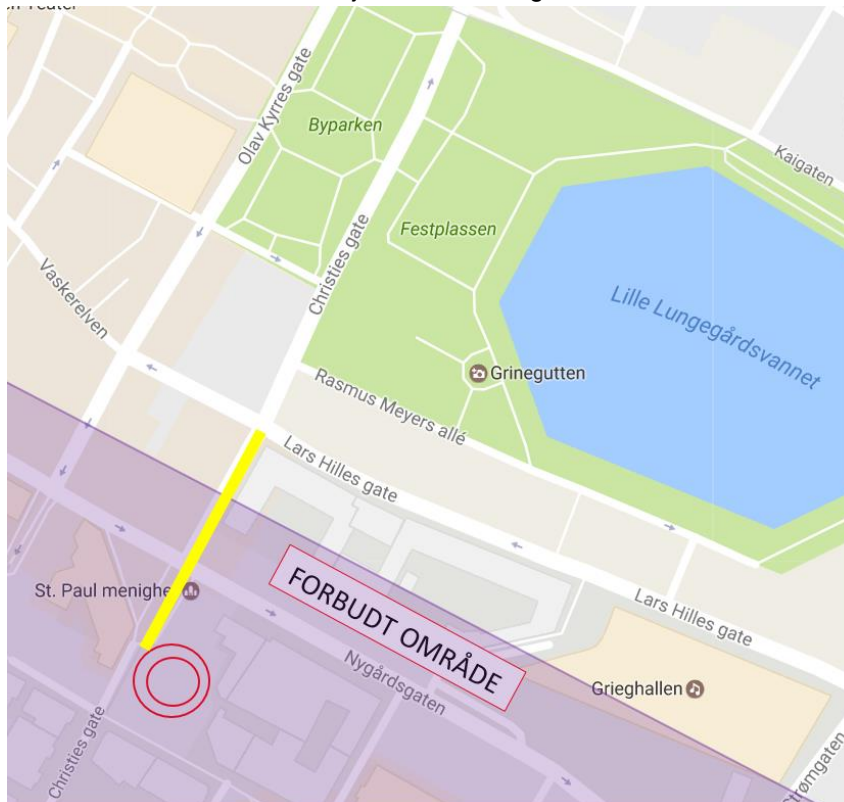
Adkomst med bil til arena skal skje langs hovedveier inn til Haukelandshallen. Ingen organisert parkering.  
Oppvarmingsområde: kun langs merket vei til start.

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>Start</b>                   | 18:30-20:00   |
| <b>Startordning</b>            | Det blir satt opp startliste med start hvert 30. sekund (hvert minutt på slutten av startfeltet). Det vil bli benyttet skjønnsmessig seeding ved oppsett av startlistene.   |
| <b>Startplass</b>              | Merket til start, 20 minutt gange. Fra start til startpost er det 5 m.  |
| <b>Overtrekkstøy</b>           | Overtrekkstøy kan leveres på start og blir da transportert tilbake til arenaen.   |
| <b>Terrang</b>                 | Sykehusområde med store bygninger. Noen områder med lavblokker og eneboliger. Stedvis kupert område i løypen. Ca. 95% hardt underlag.   |
| <b>Løyper</b>                  | Løype 1: D-16, D17-18, D19-20, D21- og D40- luftlinje 2,2 km, raskeste vei 3,2 km<br>Løype 2: H-16, H17-18, H19-20, H21- og H40- luftlinje 2,7 km, raskeste vei 4,2 km  |
| <b>Kart og postbeskrivelse</b> | Målestokk: 1:4000. Ekvidistans: 5 m. Kartet er tegnet i 2009, revidert i 2016.<br>Postbeskrivelse: Løs ved start og trykket på kartet.  |
| <b>Poster</b>                  | Alle poster er markert med refleks, stor postskjerm og minst 1 stemplingsenhet.<br>Postene står tett, sjekk kodene!   |
| <b>Trafikk</b>                 | Løperne må utvise varsomhet i trafikken. Kryssing av veier skjer på eget ansvar. En vei med mye trafikk skal passeres. Løperne må krysse veien der det er markert på kartet. Det er utplassert vakter der kryssing skal skje. Løperne må likevel selv passe på under kryssing av veien. Den aktuelle veien er markert som forbudt (lilla skravering). Det fremgår tydelig av kartet hvor det er lov å krysse.<br>I tillegg er det en del kryssing av og løping langs mindre trafikkerte bilveier. |



## Lørdag 11. februar: Bysprint - Arena St. Paul barneskole

Adkomst til arena skal kun skje fra Christies gate, slik som merket med gul linje i kartet:



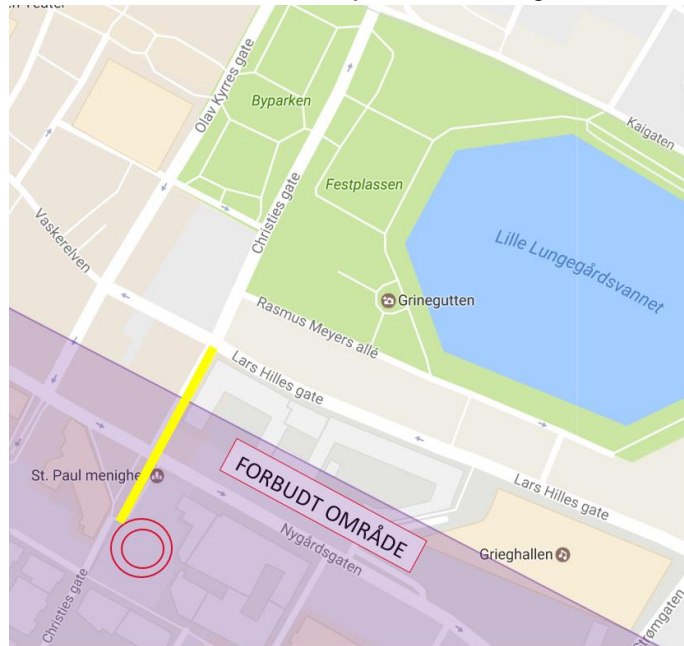
**Oppvarming:** skal skje mot

Christies gate/ Festplassen og rundt Lille Lungegårdsvannet, samt i merket løype til start.

|                                |  |
|--------------------------------|--|
| <b>Start</b>                   | 09:30-11:00  |
| <b>Startordning</b>            | Seedet startliste med de beste sist. Start hvert 30. sekund (hvert minutt på slutten av startfeltet). Startlisten er klar fredag kveld klokken 22:30 på <a href="#">BSC sin nettside</a> . |
| <b>Startplass</b>              | Merket løype til start, 10 minutt gange. 10 m til startpost.   |
| <b>Overtrekkstøy</b>           | Overtrekkstøy kan leveres på start og blir da transportert tilbake til arenaen.  |
| <b>Terreng</b>                 | Spennende bymiljø med trange gater og smug. Moderat kupering i løypen. 95-100% hardt underlag (asfalt/brostein).   |
| <b>Løyper</b>                  | Løype 1: D-16, D17-18, D19-20, D21- og D40- luftlinje 2,3 km, raskeste vei 3,2 km<br>Løype 2: H-16, H17-18, H19-20, H21- og H40- luftlinje 2,6 km, raskeste vei 3,7 km                     |
| <b>Kart og postbeskrivelse</b> | Målestokk: 1:4000. Ekvidistanse: 5 m. Kartet er tegnet i 2009, revidert i 2016.<br>Postbeskrivelse: Løs ved start og trykket på kartet.  |
| <b>Poster</b>                  | Alle poster er markert med stor postskjerm og minst 1 stemplingsenhet.   |
| <b>Trafikk</b>                 | Løperne må utvise varsomhet i trafikken. Kryssing av veier skjer på eget ansvar.   |

## Lørdag 11. februar: Urb-O Sløyfesprint - Arena St. Paul barneskole

Adkomst til arena skal kun skje fra Christies gate, slik som merket med gul linje i kartet:



**Oppvarming:** skal skje mot Christies gate/

Festplassen og rundt Lille Lungegårdsvannet.

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>Start</b>                   | 2 startgrupper – startlisten i Bysprinten bestemmer hvilken gruppe du er i.<br>Gruppe 1 – 14:00-15:00 (startet i Bysprinten FØR 10:15)<br>Gruppe 2 – 15:00-16:00 (startet i Bysprinten ETTER 10:15)<br>Vennligst respekter disse tidene. Det er spesielt viktig at løpere i gruppe 1 har startet sin 5. sløyfe før 15.00, slik at alle får samme muligheter.  |
| <b>Startordning</b>            | 5 sløyfer. Det er fri starttid så lenge du holder deg innenfor ditt tidsintervall på 60 min. Sløyfe A, B, C, D og E kan løpes i valgfri rekkefølge. 5 løpere løper ut parallelt med 15-30 sekunder mellomrom på hver sin sløyfe. Start er etter kø-prinsippet (5 startrekker). Husk hvilke løyper du har løpt!  |
| <b>Startpost</b>               | 5 m til startpost.  |
| <b>Terreng</b>                 | Spennende bymiljø med trange gater og smug. Moderat kupering i løypen. 95-100% hardt underlag (asfalt/brostein).  |
| <b>Sløyfer</b>                 | 5 sløyfer på mellom 1000 og 1300 meter (raskeste vei). <b>Det er ikke tillatt å løpe samme sløyfe flere ganger!</b>   |
| <b>Kart og postbeskrivelse</b> | Målestokk: 1:4000. Ekvidistanse: 5 m. Kartet er tegnet i 2009, revidert 2016.<br>Postbeskrivelse: trykket på kartet.  |
| <b>Poster</b>                  | Alle poster er markert med stor postskjerm og minst 1 stemplingsenhet.  |
| <b>Kommentarer</b>             | Det er løperens eget ansvar å løpe alle de 5 sløyfene, og <b>lese av brikken rett etter hver sløyfe</b> . Det er ingen rød sone i mål. Etter brikkeavlesning leverer løperen sitt kart ved mål, går opp til start og stiller seg i kø for neste sløyfe.<br>Det blir utdelt poeng på hver sløyfe etter plassering, og løperen med flest poeng vinner løpet. Det er altså <b>viktig å løpe alle sløyfene</b> for å samle mange poeng. |
| <b>Trafikk</b>                 | Løperne må utvise varsomhet i trafikken. Kryssing av veier skjer på eget ansvar.  |

## Søndag 12. februar: Finale - Arena Nygårdsparken

Adkomst til arena skal kun skje slik som merket med gul linje i kartet:



**Oppvarming:** skal kun skje langs Welhavens gate, nordvest for arena.

|                     |  |
|---------------------|--|
| <b>Start</b>        | 10:00 – 11:30  |
| <b>Startordning</b> | Startpuljer med 6 løpere ut fra sammenlagresultatene fra fredag og lørdag. De 6 beste starter sammen og gjør opp om de 6 første plassene totalt. Videre følger puljer med plassering 7-12, 13-18 osv.<br>Puljene med best sammenlagt plassering starter til slutt – ca. kl. 11:30. |
| <b>Startpost</b>    | 20 m til startpost.  |

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>Målgang</b>                 | For løpere med startnummer: rekkefølgen i mål bestemmes av måldommer ved kryssing av mållinje. Målstempling skjer etterpå. Det er brikken som bestemmer løpstiden.<br>For andre løpere: målstempling avgjør plassering, brikken bestemmer løpstiden.  |
| <b>Terreng</b>                 | Kupert område preget av større bygninger, boligbebyggelse og næring. I tillegg en del parkområder. 70-90 % hardt underlag, avhengig av veivalg.   |
| <b>Løyper</b>                  | I finalen løpes løyper med spredningsmetode.<br>Løype 1: Damer    luftlinje 2,3 km<br>Løype 2: herrer    luftlinje 2,7 km   |
| <b>Kart og postbeskrivelse</b> | Målestokk: 1:4000. Ekvidistans: 5 m. Kartet er tegnet i 2009, revidert 2016.<br>Postbeskrivelse: trykket på kartet.   |
| <b>Snu kartet</b>              | Løypen er trykket på begge sider av kartet. Når man kommer frem til den siste posten på side 1 snur man kartet og er da på startpost på side 2. <b>Husk å stemple her.</b> Løypen fortsetter deretter med ny nummerering (post nr. 1 og videre).<br>F.eks. hvis siste post på del 1 er post 11, vil den første posten på side 2 være post 1. Side 1 og 2 er merket med store tall med brun farge på kartet.   |
| <b>Poster</b>                  | Alle poster er markert med stor postskjerm og minst 1 stemplingsenhet.  |
| <b>Trafikk</b>                 | Løperne må utvise varsomhet i trafikken. Kryssing av veier skjer på eget ansvar. En vei med en del trafikk passeres. Løperne må krysse veien der det er markert på kartet. Det er utplassert vakter ved denne veikryssingen. Løperne må likevel selv passe på under kryssing av veien. Den aktuelle veien er markert som forbudt (lilla skravering). Det fremgår tydelig av kartet hvor det er lov å løpe på fortauet. Det er ikke tillatt å løpe ute i veibanen for å kutte svingen der veibanen er markert som forbudt. |
| <b>Premieutdeling</b>          | Starter rett etter siste målgang og beregnes avsluttet senest 12:30.  |

## Kontakt og informasjon

Hjemmeside: <http://sprint-camp.blogspot.com/>

E-post: bergensprintcamp@gmail.com

Telefon: Lene Rykkje, tlf. 48215015

### Organisasjon

Løpsleder: Lene Rykkje

Løypelegger: Ronny Rykkje, Ørjan Rykkje og Pål Thomassen

Kartrevidering: Vyacheslav Mukhidinov

Kontrollør: Tore Nymark

Startlister &

resultater: Magnus Rogne Halland

Jury: Tove Aasheim, Per Arne Aadland og Isa Heggedal