

# Innbydelse til 15-stafetten og Råtasskonkurransen Lørdag 20.mai 2017



- Arena:** Haraløkka.
- Veimerking:** Merket krysset General Ruges vei (Ytre Ringvei) og Bølerlia.
- Parkering:** Følg merking og anvisning fra parkeringsvaktene. Inntil 500 meter å gå. God adkomst for sykkel og barnevogn. NB! Ingen parkering ved arena.
- Offentlig transport:** T-bane: Rute 3 Mortensrud til Bøler. Se [www.ruter.no](http://www.ruter.no) for rutetider.
- Start:** 15-stafetten: Fellesstart for lagets tre 1. etappeløpere kl 11:00.  
Råtasskonkurransen: Fellesstart kl 11:10.
- Kart:** Ulsrudvann, revidert 2017, 1:7500 (alle etapper unntatt 6 km) /1:10000 (6 km), 5 m ekvidistanse.  
Råtasskonkurransen: Eget kart, 1:4000.
- Terreng:** I hovedsak nærterreng med mange stier og god løpbarhet. Detaljrikt. Lite til middels kupert.

**15-stafetten,  
konkurransemetode:**

Etappe	Antall løpere	Løypelengde	Klasser	Nivå
1	3 løpere	3,0 km	D13- / H13-16 / H50-	B
2	3 løpere	6,0 km	D15-/H15-	A
3	3 løpere	2,5 km	D13 -16 / H13-14 / H60- /D40-	C
4	3 løpere	4,0 km	D13- / H13-20/ H40-	B
= 3 løpere x 4 etapper = 12 løpere				
13	1 løper	4,0 km	D13- / H13-20/ H40-	B
14	1 løper	3,0 km	D13- / H13-16 / H45-	B
15	1 løper	6,0 km	D15- / H15-	A

Det tas forbehold om justering av løypelengdene. Alle

etapper er gaflet.

Etappene 1 - 4 løpes som tre parallelle stafetter. Når alle tre 4.etappeløpere har fullført, starter lagets løper på 13. etappe og konkurransen fortsetter som vanlig orienteringsstafett.

Lagsammenstilling:

Hvert lag skal ha:

- Minst 5 damer, hvorav minst en må være D13-20 eller D40-.
- Minst 3 løpere i D/H13-16 eller D/H 45-, der begge kjønn skal være representert.
- Det er startmuligheter for flerklubblag ifølge NOFs regler.

Oppsamlingsstart:

- For alle etapper etter seirende lags målplassering. Alle lag gis anledning til å fullføre.

- Påmelding 15-stafetten:** Stafettpåmelding via Eventor innen mandag 15. mai kl. 23:59.
- Etteranmelding 15-stafetten:** Etteranmelding via Eventor innen fredag 19.mai kl. 20:00 eller på arena inntil 1 time før start (så lenge det er kart).
- Lagoppstilling 15-stafetten:** Lagoppstilling kan oppdateres og endres via Eventor innen lørdag 20. mai kl. 06:00. Endringer på arena på løpsdagen senest en time før start *mot et gebyr på kr 100 pr endring.*
- Råtasskonkurransen:** Lagkonkurransen med 3-5 løpere for barn og ungdom i alder 9-12 år. Poeng-o-løype med poster av ulik vanskelighetsgrad. Tillatt for D/H13-16 løpere som ikke deltar i 15-stafetten. Egen påmelding innen mandag 15. mai kl. 23:59. Etteranmelding innen fredag 19.mai kl 20:00. Deretter etteranmelding kun på arena så lenge vi har ledige kart.
- Direkteløyper:** 2 km (C-nivå), 3 km (B-nivå) og 5 km (A-nivå) løyper med tidtaking. Påmelding i informasjonsteltet på arena. Velg startidspunkt selv. Enkel resultatservice. Startkontingent 100,- kr. Kontant betaling eller faktura til klubben. Ta med egen EMIT-brikke.
- Startkontingent:** 15-stafetten kr. 2100,-. Etteranmelding mot tillegg kr 500,-.  
Råtasskonkurransen kr. 250,- per lag.

Klubbene blir fakturert i etterkant.

- Kvitteringssystem:** EMIT-brikker benyttes for elektronisk kontroll og tidtaking. Brikkenummer må oppgis ved påmelding. Det er ikke mulig å leie Emit-brikke av arrangøren. Hver Emit-brikke kan kun benyttes én gang i løpet av 15-stafetten.
- Premiering:** I henhold til reglene fra NOF. Individuelle premier til vinnerlaget i 15-stafetten. Lagpremier til ca 1/5. Premie til den klubb som kommer først i mål med to lag.  
Råtasskonkurransen: Deltakerpremier til alle, i tillegg premier til de tre beste lagene samt utrekningspremier.
- Barnepark:** På arena fra kl 10:30.
- Småttroll:** Påmelding og start fra arena. Premier til alle.
- Vask:** Våtklut.
- Salg:** Stort utvalg av bagetter, kaker, frukt, vafler, kaffe, brus, etc.
- Løpsledelse:**
- Løpsleder: Roar Pedersen (M 951 20 007)
  - Løypelegger: Ola Marius Pedersen
  - Råtass-lagkonkurransen: Kari-Ann Ånensen
  - Informasjon: Snorre Veggan (M 48 99 06 35)  
E-post: [oppsal.orientering \(a\) gmail.com](mailto:oppsal.orientering@gmail.com)
  - Teknisk delegert: Jarle Rogndokken; Fet OL.

**Oppsal orientering** ønsker velkommen til  
15-stafetten og Råtasskonkurransen!