



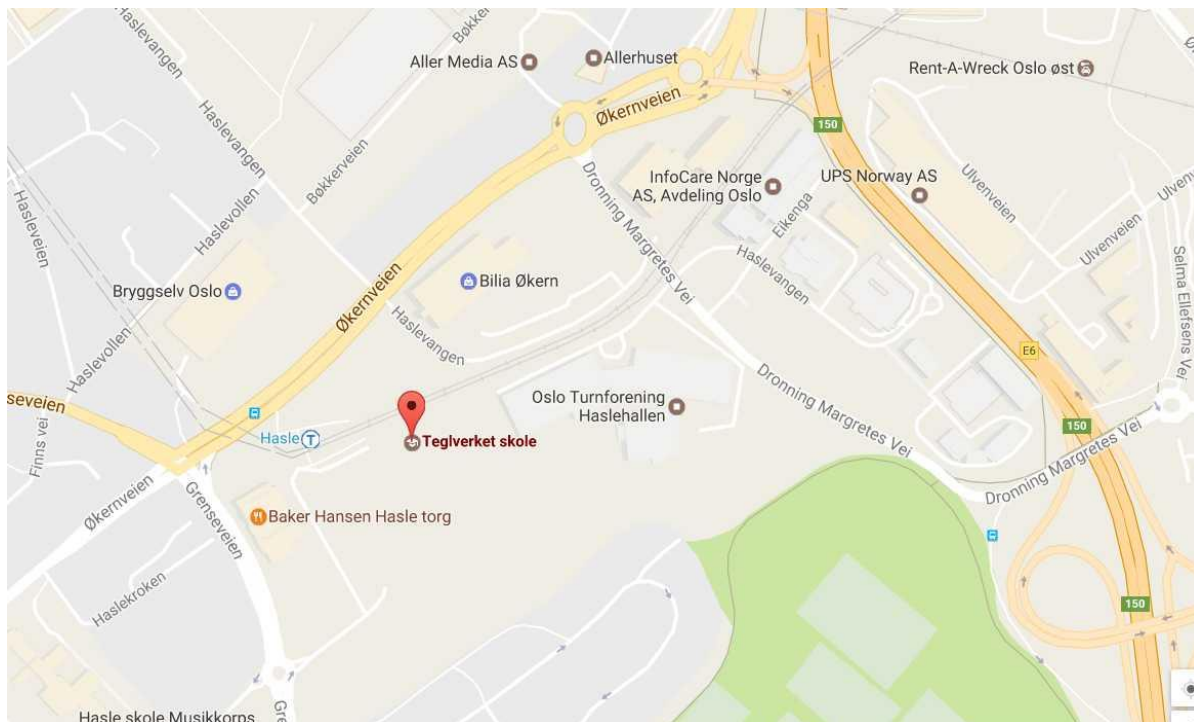
PM for Løp 3 i Oslo City Cup 18.april 2016

Nydalens Skiklub ønsker med dette velkommen til det tredje løpet i årets Oslo City Cup.

Arena



Arena er på Teglverket Skole (59.923379,10.794959). Se kart nedenfor. Det er kun merking til Arena ved inngang fra Grenseveien, syd for Hasle Torg. Det er også inngang til Arena fra Hasle T banestasjon / Økernveien, denne er ikke merket.



Adkomst

Det er ingen parkering ved arena så vi anbefaler offentlig kommunikasjon eller sykkel. T-Bane rute 5 og Bussruter 21, 28 og 60 har stoppesteder ved arena. Område Hasle på Ruter

Deltagere som kommer med bil må parkere på offentlige parkeringsplasser / parkeringshus, se linken http://no.parkopedia.com/parking/carpark/hasle_torg/0579/oslo og kartutsnitt i slutten av dokumentet.

Det er en liten mulighet for gateparkering i Haslevollen (se kart ovenfor). Parkeringen på Hasle Torg er reservert kunder av senteret og skal ikke benyttes av deltagere.

Beregn minimum 10-15 minutter å gå fra parkering til Arena, det er ikke merket. Arrangøren har heller ikke parkeringsvakter.

Terreng

Løpsterrenget er i området Helsfyr og Hovin. Løypene inneholder en kombinasjon av et område med tett bebyggelse, veier og porter sammen med et område med mer spredt bebyggelse omgitt av gress. Det er et lite tettvokst skogsområde nær arena som benyttes i konkurranseløypene.

Underlaget er i hovedsak asfalt (65%) og en del gress (35%). Vi anbefaler ikke orienteringssko med pigger i dette løpet. Området er mye brukt av fotgjengere, syklist og turgåere, vis derfor hensyn. Vær også oppmerksom på at det kan være noe trafikk i området. Løypene krysser Grenseveien, dette skjer langs gangvei (undergang).

Det er en del byggeaktivitet i området, dette er skravert som forbudt område på kartet. Løypene er lagt slik at de berøres minst mulig av byggeaktivitetene.

Kart

Valle Hovin, utgitt 2017. Ekvidistanse 2 meter. Målestokk 1:4000. Kartet er laget i henhold til sprintnormen. Området har aldri blitt benyttet til orientering tidligere.

Løyper

Tre konkurranseløyper 3,0-3,1 km, 19-21 poster.

Rekruttløype: 1.3 km, 7 poster.

Start

Rekruttløypa starter ved Arena. Fri start mellom 17.50 og 19.00. Kart utdeles på Løpskontoret.

For Konkurranseløypene er det 800 meter til start. Følg merking sørvestover fra arena, deretter sørover langs Grenseveien og tilslutt langs en annen vei.

Løpere går inn i startbåser 1 minutt før starttid. Det er løse postbeskrivelser tilgjengelig ved start.

Stempling:

Vi benytter Emit Touch Free enheter til arrangementet. Det er kun stempling med Emitag. Løpere som ikke er påmeldt med EmiTag blir tildelt av arrangøren. Disse må hentes på Løpskontoret før start. Alle må sjekke at de har EmiTag i henhold til startlister før avgang til start.

Leie av Emitag koster 30,-. Det er ingen avgift for bytte av EmiTag før start.

Mål:

Deltagere stempler i mål, går deretter til Løpskontor for avlesing av brikker.

Mål stenger 1 time etter siste start, senest 20.00.

Resultatservice

Det er ingen resultatservice på løpet. Resultater publiseres på Eventor etter arrangementet.

Livelox

Løpet er forberedt i Livelox, følg link fra Eventor.

Etteranmelding:

Etter at Eventor stenges kan etteranmelding gjøres på Arena før 17.30 på løpsdagen.

Toaletter

Det er tilgang til toaletter i Teglverket Fleridrettshall. Vis hensyn til øvrige brukere av hallen.

Løpsleder

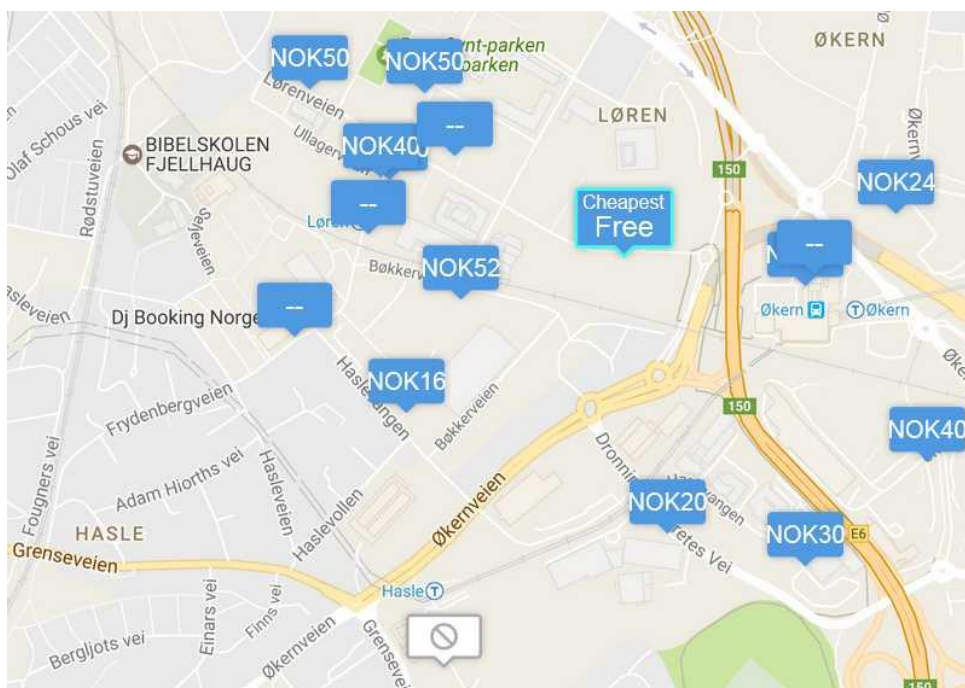
Helge Stubberud, tlf: 922 66 947

Løypelegger

Einar Lunøe

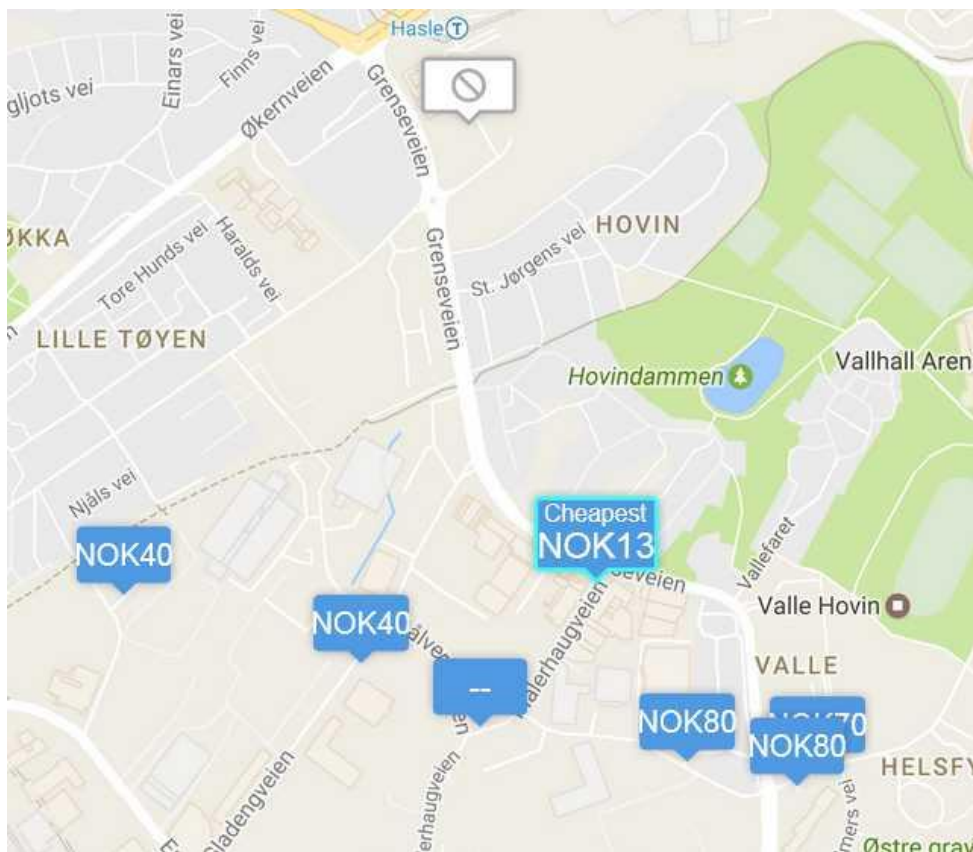
Parkeringsmuligheter Løren / Økern

Prisene på kartet er for 2 timers parkering.



Parkeringsmuligheter retning Ensjø / Helsfyr

Prisene på kartet er for 2 timers parkering.



Målestokken på disse kartene er litt forskjellig.