



## INNBYDELSE

# 2. løp i Østfoldsprinten onsdag 3. mai.

### Fremmøte, arena og parkering.

Grålum Ungdomsskole. Parkering på stedet.

### Start.

Avstand fra arena til start: 800 meter. Følg rød/hvite bånd til fra arena til start.

Første start kl. 18:30. N-åpen kan starte fra kl. 18:00.

Det er løse postbeskrivelser i alle klasser. Løse postbeskrivelser og backup-lapper fås ved start. Kart til klassene N-åpen, fås i lagsposer i sekretariatet. Løperne må selv ta med kartet til start.

### Startprosedyre:

Løperne har oppropstid 3 min. før angitt starttid. Startintervall er 30 sekunder. N-åpen har fristart.

### Kart.

Grålum Ungdomsskole målestokk 1:5000, ekvidistanse 2,5 m, ajourført 2017.

Kartene: Printet, pakket i plastlommer.

### Terreng.

Hovedsakelig nærområde med ca. 50% lettløpt terreng.

### Klasser og løyper.

Lengde	Nivå	Klasser	Målestokk
1,5 km	N	N-åpen	1:5 000
2,0 km	C	D/H11-12, D/H13-16C	1:5 000
2,5 km	A	D/H -16, D/H17-, D/H50-	1:5 000

### Forklaring på de ulike nivåene:

**N-løyper** har ett opplagt veivalg langs sammenhengende ledelinjer som vei, sti, bekk og gjerde. Alle postene kan sees fra ledelinjene.

**C-løyper** følger stort sett ledelinjer, men enkelt steder forventes løperne å forlate ledelinjene. Det kan finnes veivalgsmuligheter.

**B-løypene** krever kort finorientering inn mot posten og forståelse av høydekurver.

**A-løypene** er de mest krevende og alle orienteringsteknikker bør beherskes.

**Påmelding:** Innen søndag 30. april 2017 klokken 23:59 via Eventor.

### Etteranmeldinger/endringer.

Etteranmelding mandag 1. mai 2017 klokken 23:59 Etteranmeldte starter i utgangspunktet først.

[www.sarpsborgolag.no](http://www.sarpsborgolag.no)

# Statnett

NORSK O-FESTIVALEN  
\*Sarpsborg 24.-26. juni 2016

SARPSBORG 1016 2016



Endringer i brikkenummer meldes til sekretariatet.

**Fair Play.**

Vi oppfordrer til Fair Play. Kartene vil ikke bli samlet inn etter målgang. Løpere som har løpt sine løp henstilles om ikke å vise kart eller løyper til løpere som ikke har løpt.

**Premiering.**

Premiering etter siste løp i Østfoldsprinten.

**Tidtakingsystem.**

EMIT – EKT. Klubbene er selv ansvarlig for brikker til sine løpere.

**Vask og toaletter.**

Ingen dusjmuligheter, våtklut-metoden.

**Løypelegger:**

Tom Wahlgren

**Løpsleder:**

Tom Wahlgren, tlf: 91117106, e-post: tom.wahlgren@gmail.com

[www.sarpsborgolag.no](http://www.sarpsborgolag.no)

**Statnett**

**NORSK O-FESTIVALEN**  
\*Sarpsborg 24.-26. juni 2016

SARPSBORG 1016 • 2016