

Midtsommerløpene Stokke IL – PM lørdag 17 og søndag 18 juni 2017

Stokke IL Orientering ønsker velkommen til Midtsommerløpene 2017!

PM



VEIBESKRIVELSE

Ta avkjøring nr 39 fra E18 retning mot Borgeskogen. Følg videre merking mot Borgeskogen.

PARKERING

Parkering nær arena. Følg merking. Ingen P-avgift.

ARENA/SAMLINGSPLASS

Gateadresse: Borgeskogen 17, 3160 Stokke

GPS-koordinater: 59.240593, 10.254286

Samlingsplass er på Borgeskogen industriområdet, i hovedsak på asfalt. Begrenset mulighet til lagstelt på gress.

KART

Lørdag: Borgeskogen industriområde, utgitt 2017. Målestokk: 1:5000. Ekvidistanse: 2,5 m.

Søndag: Borgeskogen, utgitt 2017. Målestokk: 1:7500. Ekvidistanse: 5 m.

Kart er trykket på vannfastpapir og det vil ikke være behov for plast utenpå. Det vil være plast tilgjengelig ved start, dersom noen ønsker allikevel.

TERRENG

Lørdag:

Lørdagens løyper går i et industriområde med delvis inngjerdede asfaltdekte områder. Innimellom byggene finnes små skogsområder som alle løypene skal innom i varierende grad. Postene ligger stedvis veldig tett, så vær oppmerksom! Anbefaler joggesko/o-sko uten pigger eller liknende.

Søndag:

Løpsområdet deles i to av en dal, men det er kun de fem lengste løypene som skal innom vestsiden av denne. Terrenget der er noe kupert, og er en blanding av åpen skog, hogstfelt og noe tettere områder. På østsiden av dalen finner vi et relativt flatt terreng bestående av en blanding av lettløpt og hurtig løvskog i midtpartiet på løypene, og blandingsskog mot slutten. De fleste løypene går kun i dette området, noe som medfører at postene ligger veldig tett.

UTDELING AV LAGSPOSER FØR START

Lagsposer hentes i sekretariatet.

Følgende løyper og klasser får kartet i lagsposen på forhånd:

Løype 10 - D/H11-12

Løype 14 - D/H10

Løype 12 - D/H13-16N, D/H17N

Løype 15 - N-åpen

Løype 13 - D/H11-12N

Løype 16 - N-åpen lang

START

Lørdag:

Første ordinære start kl. 14:00.

N-åpen kan starte en time før første ordinære start.

Start 300 meter fra samlingsplass. Følg merkebånd.

Midtsommerløpene Stokke IL – PM lørdag 17 og søndag 18 juni 2017

Søndag:

Første ordinære start kl. 11:00.

N-åpen kan starte en time før første ordinære start.

Start 900 meter fra samlingsplass. Følg merkebånd.

Fristart:

I tillegg til direkteløyper og N-åpen har følgende klasser fri starttid:

| | | |
|-----------|-----------|---------|
| D/H11-12N | D/H13-16N | D/H17N |
| | D/H13-16C | D/H17/C |

Det kan bli litt kø da det skal være minimum ett minutt mellom hver løper per løype.

Følgende starttider gjelder for fristart:

Lørdag: 14.00-15.30 (N-åpen fra 13.00)

Søndag: 11.00-13.00 (N-åpen fra 10.00)

ETTERANMELDING

Ta kontakt med sekretariatet for etteranmeldinger.

Sekretariatet åpent for etter anmelding lørdag kl. 12:00 – 13:00, søndag kl. 09:00 – 10:00.

TIDTAKING

Det benyttes elektronisk tidtakingssystem, Emit. Løperne er selv ansvarlig for å sjekke at brikkenummeret i startlista stemmer. Kontakt sekretariatet dersom det er feil.

POSTBESKRIVELSER/BACK-UP LAPPER

Det er postbeskrivelser med IOF-symboler trykt på kartet, samt løse postbeskrivelser.

Back-up lapper fås ved start (selvbetjening; løpers ansvar å bruke dette).

TØY FRA START

Kan på eget ansvar legges i poser ved start og vil bli fraktet til arena (ved løperdrikke).

BARNEPARKERING

Gratis barneparkering på arena vil bli åpnet 1 time før ordinær start.

SMÅTROLL

Småtroll har eget startsted i nærheten av samlingsplass. Orienteringsløypa er merket, og deltakelse koster kr 30,-. Flotte premier til alle.

TOALETTER/DUSJ

Mobilt toalett tilgjengelig på arena. Håndvask: Antibac.

Dusj er ikke tilgjengelig. Vil du hoppe i sjøen etter løpet anbefales Melsomvikstranda med stupetårn.

FØRSTEHJELP

Røde Kors er til stede. Ansvarlig: Eirunn Hiis, tlf 90 72 75 12.

KIOSK

Åpen kiosk under hele løpet. Mulighet for betaling med Vipps.

SALG SPORTSUTSTYR

Sport 8 har salg av o-utstyr og nyttig sportsutstyr på arena begge dager.

SPORT 8.NO

Midtsommerløpene Stokke IL – PM lørdag 17 og søndag 18 juni 2017

KONTAKTPERSONER

Løpsleder: Astrid Brevik, telf. 948 02 232
Løypelegger lørdag: Inger Nergaard, telf. 905 97 162
Løypelegger søndag: Inger Nergaard, telf. 905 97 162 / Lars Martin Gjein, telf. 971 48 411
Teknisk delegert: Arne Nåtedal, Trollo

KLASSER OG LØYPER

| Løype | Klasser | Nivå | Midtsommersprinten Lørdag | Midtsommerløpet Søndag |
|-------|---|------|------------------------------|---------------------------|
| 1 | H17-18, H19 | A | 2,7 km | 4,7 km |
| 2 | D17-18, D19, H40, H50, Dirkete A | A | 2,7 km | 4,4 km |
| 3 | H15-16 | A | 2,6 km | 4,4 km |
| 4 | D40, D50, H55, H60, H17AK | A | 2,6 km | 3,9 km |
| 5 | D15-16 | A | 2,6 km | 3,9 km |
| 6 | D55, D60, H65, H70, D17AK | A | 2,4 km | 3,1 km |
| 7 | D65, D70, D75, H75, H80 | A | 2,2 km | 2,3 km |
| 8 | H13-14, H15-16B, Direkte B | B | 2,2 km | 2,7 km |
| 9 | D13-14, D15-16B | B | 1,9 km | 2,5 km |
| 10 | D11-12, H11-12 | C | 2,1 km | 2,1 km |
| 11 | D17C, H17C, H13-16C, D13-16C, Direkte C | C | 2,3 km | 2,2 km |
| 12 | H-D17N, H13-16N, D13-16N | N | 1,8 km | 2,3 km |
| 13 | D11-12N, H11-12N | N | 1,7 km | 2,0 km |
| 14 | D-10, H-10 | C | 1,8 km | 2,2 km |
| 15 | N-Åpen | N | 1,5 km | 1,8 km |
| 16 | N-Åpen lang | N | | 2,7 km |

ARENAKART

