



Ringsaker OK innbyr til

KM langdistanse og stafett for Oppland og Hedmark 26. og 27. august 2017

Felles for begge dager:

Kart: Rustadberget, 1:7500 og 1:10000, ekv. 5m, utgitt 2017.

Terreng: Åpent skogsterreng med stort sett god løpbarhet. Noe innslag av stier og veger. Middels kupering.

Arena: Solsvea i Solsvevegen, Moelv. Merket fra både Byflaten og Kvernstubrua, Fv. 22 (Bårdsetvegen/Storlisvegen). Fra 100 til 400 meter å gå til arena. Gratis parkering. Toaletter og kiosk på arena.

Premiering:

12 år og yngre: Til alle fullførende

13 – 16 år: 1/3 av antall påmeldte

17 – 21 år: 1/8 av antall påmeldte

Premie til klassevinnere i alle ordinære klasser. Uttrekkspremie i direkteløpene.

KM-medaljer deles ut i henhold til Oppland og Hedmark o-krets sine mesterskapsregler.

Vask: Våtklut

EKT: EMIT kvitteringssystem i alle klasser. Ved påmelding uten brikkenummer forutsettes bruk av leiebrikke (kr 50,- per dag).

Småttroll: På arena, kr.30,- start fra kl. 13.00 lørdag og fra kl. 10.00 søndag. Premier til alle.

Barnepark: På arena

Løpsleder: Arne Røste (<mailto:arne.roste@gmail.com>) mobil 99 71 25 78

Løypeleggere: Tore Hermansson lørdag og Geir M. Øien søndag.

Kontrollør: Egenkontroll

Langdistanse lørdag 26. august:

Start:

Første ordinære start kl 14:00. N-Åpen og D/H-10 kan starte fra kl. 13:00, alle C-klasser har fri start fra kl. 13:00.

Start 1: I umiddelbar nærhet til arena

Start 2: Inntil 20 minutter å gå

Start 2: Inntil 25 minutter å gå

Løyper og klasser:

Klasse	Nivå	Lengde	Start
N åpen*	N	1,5	1
D -10*	C	2,0	2
D 11-12*	C	2,5	2
D 11-12N*	N	2,0	2
D 13-14	B	3,0	3
D 13-16C*	C	2,5	2
D 13-16N*	N	2,5	2
D 15-16	A	4,5	3
D 17-18	A	5,5	3
D 17AK*	A	3,5	3
D 17C*	C	3,5	2
D 17N*	N	2,5	2
D 19-20	A	6,0	3
D 21	A	7,5	3
D 35	A	6,0	3
D 40	A	5,5	3
D 45	A	5,0	3
D 50	A	4,5	3
D 55	A	3,5	3
D 60	A	3,5	3
D 65	A	3,0	3
D 70	A	2,5	3
D 75	A	2,5	3
D 80	A	2,5	3
D 85	A	2,5	3
Direkte A lang*	A	6,5	3
Direkte A kort*	A	3,5	3
Direkte B*	B	3,0	3
Direkte C*	A	2,5	2

Klasse	Nivå	Lengde	Start
H -10*	C	2,0	2
H 11-12*	C	2,5	2
H 11-12N*	N	2,0	2
H 13-14	B	3,0	3
H 13-16C*	C	2,5	2
H 13-16N*	N	2,5	2
H 15-16	A	5,5	3
H 17-18	A	6,5	3
H 17AK*	A	5,0	3
H 17C*	C	3,5	2
H 17N*	N	2,5	2
H 19-20	A	7,5	3
H 21	A	10,0	3
H 35	A	7,5	3
H 40	A	6,5	3
H 45	A	6,0	3
H 50	A	5,5	3
H 55	A	5,0	3
H 60	A	4,5	3
H 65	A	4,6	3
H 70	A	3,5	3
H 75	A	3,0	3
H 80	A	2,5	3
H 85	A	2,5	3

* Ikke mesterskapsklasser

NB! Løypelengder kan bli justert med inntil 10%

Påmelding: Elektronisk påmelding via Eventor innen mandag 21. august kl. 23.59.

Etteranmelding mot 50% gebyr for løpere over 12 år innen torsdag 24. august kl. 23.59.

Etteranmelding etter dette kun mulig i direkteløyper – påmelding på arena.

Startkontingent:

Til og med 16 år: kr 100,-

Fra og med 17 år kr 200,-

Direkteløyper kr 100,-

Småtroll kr 30,-

Informasjon: Eventor (<http://eventor.orientering.no/Events/Show/7789>) og vår hjemmeside www.ringsaker-orientering.no

Stafett søndag 27. august:

Start:

Første start kl. 11.00. N-åpen kan starte fra kl. 10.00

Alle klasser har start på arena eller i nær tilknytning til arena

Løyper og klasser:

Klasser	Nivå	Lengder	Annet
D13-16	B-C-B	3,3 - 2,5 - 3,3	
H13-16	B-C-B	3,3 - 2,5 - 3,3	
D17	A-A-A	5,0 - 4,0 - 5,0	
H17	A-A-A	7,0 - 5,0 - 7,0	
D150	A-A-A	3,5 - 3,0 - 3,5	Sum alder min 150 år Yngste aldersklasse D/H 35
H150	A-A-A	4,5 - 4,0 - 4,5	
D180*	A-A-A	3,0 - 2,0 - 3,0	Sum alder min 180 år Yngste aldersklasse D/H 35
H180*	A-A-A	3,5 - 3,0 - 3,5	
Mix**	A-C-A	3,5 - 2,5 - 3,5	Begge kjønn, minimum alder 13 år
Lagkonk. D/H-12***	C/N	2,5-3,0	2-3 løpere per lag
Direkte A**		4,5	Påmelding via Eventor eller på arena løpsdagen
Direkte C**		2,5	
N-åpen**		1,7	

* Ikke mesterskapsklasser i Oppland

** Ikke mesterskapsklasser

*** Hvert lag skal bestå av 2-3 løpere og jenter/gutter kan løpe på samme lag.

NB! Løpelengder kan bli justert med inntil 10%

Påmelding: Elektronisk påmelding via Eventor innen mandag 21. august kl. 23.59.

Etteranmelding mot 50% gebyr for løpere over 12 år innen torsdag 24. august kl. 23.59.

Etteranmelding til lagkonkurransen opp til 12 år mulig inntil 1 time før første ordinære start.

Etteranmelding i øvrige klasser etter dette kun mulig i direkteløyper – påmelding på arena.

Frist for lagoppstillinger stafett: Lørdag 26. august kl. 17.00 i Eventor.

Startkontingent:

Lagkonk. D/H-12: kr. 200,-

13 til 16 år: kr 300,-

Øvrige klasser kr 600,-

Direkteløyper kr 100,-

Småtroll kr 30,-

Informasjon: Eventor (<http://eventor.orientering.no/Events/Show/7790>) og vår hjemmeside www.ringsaker-orientering.no

RINGSAKER OK ØNSKER ALLE VELKOMMEN!