



INNBYDELSE

KM mellom lørdag 26. august

Fremmøte

Ise, merket fra krysset Rv 111/Børtevannsveien.

Parkering.

Parkering på fast underlag ved arena.

Start.

Start på arena. Første start kl. 12:00. 2 minutters startintervall.

Fri start fra kl. 11:00 i N-klasser.

Kart.

Ise, målestokk 1:10000, ekvidistanse 5 m, ajourført 2017.

Det er løse postbeskrivelser i alle klasser. Løse postbeskrivelser og backup-lapper fås ved start.

Kartene: Printet, pakket i plastlommer.

N- og C-Løyper, samt H/D-10 og H/D 11-12 får kart utdelt i lagsposen. Løperne må selv ta med kartet til start. Øvrige klasser får kartet utlevert i startøyeblikket.

Terreng.

Småkupert og variert skogsterreng med flere stier.

Klasser og løyper.

Nivå	Klasser	Lengde
N	N-åpen, D 11-12N, H 11-12N, D 13-16N, H 13-16N, D 17-N, H 17-N	1,6 km
C	D -10, H -10, D 11-12, H 11-12, H 13-16C, D 13-16C, D 17-C, H 17-C	1,8 km
B	D 13-14, H 13-14	2,2 km
A	D 15-16, H 15-16, D 35-, D 50-, D 70-, H 70-	2,6 km
A	D 17-, H 35-, H 50-	3,7 km
A	H 17-	4,9 km

Etter regler fra ØOK kåres det krets mestere i klassene D/H 13-14 og D/H 15-16 med stipulert vinnertid på 20 minutter og D/H 17- med stipulert vinnertid på 30 minutter.

Løypelengder kan bli justert frem til løpsdagen. Se PM.



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

Ordinær påmelding innen tirsdag 22.8.2017 kl. 23:59 på Eventor eller e-post til sekretariat@sarpsborgolag.no

Etteranmelding frem til torsdag 24.8.2017 kl. 23:59 på Eventor eller e-post til sekretariat@sarpsborgolag.no mot 50% tillegg i startkontingenten.

Etteranmelding på løpsdagen mot 50% tillegg i startkontingenten fram til 1 time før første ordinære start i sekretariatet på arena (med forbehold om ledige kart).

Påmeldingsavgift

D/H -16 og N-Åpen: Kr. 60,-

D/H 17-: Kr 120,-

Startkontingent faktureres klubbene i etterkant av løpet.

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 NOF's bestemmelser.

Tidtakingsystem.

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

Vask og toaletter.

Ingen dusjmuligheter, våtklut-metoden. Toalett tilgjengelig.

Salg

Enkelt kiosksalg på arena.

Løpsleder:

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

Løypelegger:

Stian Jensen

Kontrollør:

Geir Torgersen

VELKOMMEN!

www.sarpsborgolag.no

Statnett