



PM – stafett – søndag 27. august, Solsvea

Ringsaker OK ønsker velkommen til KM stafett for Oppland og Hedmark, samt lagkonkurranse for løpere opptil 12 år, fra Solsvea i Moelv.

Parkering: Fra 100 til 400 meter å gå til arena. Gratis parkering.

Kart: Leinvanghøgda, 1:10 000 i alle klasser, ekv. 5m, utgitt 2017.
N-åpen får kartet utdelt i lagsposene.
Utenom arena og vei til arena og start, er alt terreng sperret for løperne. Det er ikke anledning til å campe på arena.

Terreng: Åpent skogsterreng med stort sett god løpbarhet. Noe innslag av stier og veger. Middels kupering. Det er stedvis svært vått i terrenget. Hvis hensyn ved gjerdepasseringer.

Løpskontor: Alle endringer løpsdagen meldes løpskontoret. Påmelding i direkteklasser gjøres til løpskontoret.
Frist for lagoppstillinger stafett: Lørdag 26. august kl. 17.00 i [Eventor](#).

Start: Første stafettstart kl 11.00 fra arena.

Kl. 11:00 - Start H/D 17

Kl. 11:10 - Start H/D 13-16, MIX

Kl. 11:20 - H/D 150, H/D 180

Kl. 11:30 - Start lagkonkurranse

N-åpen har fri start fra kl. 10.00, direkteløype A og C har fri start fra kl. 11.00.

Direkteløyper som ikke har kart i lagspose, får kart på egen start i utkanten av arenaen.

Startnummer: Alle løpere i stafett og lagkonkurransen skal ha startnummer. Startnumrene finnes i lagsposene. Sikkerhetsnåler fins på løpskontoret. Backupplapper ved start/veksling.
Husk å skrive på navn og brikkenummer. Fra start/veksling er det merket 200 meter til startpost.

Postbeskrivelser: Det er IOF-symboler på kartet.

N-åpen og lagkonkurransen har postbeskrivelse i klartekst.

Målgang: Vekslende løper velger sluse for veksling, stempler i mål, leverer eget løpskart og fortsetter til kartoppheng for å hente kart som overleveres utgående løper ved veksling.
Fortsetter videre til brikkekontroll etter veksling. Løpere på siste etappe, individuelt og lagkonkurransen velger sluse for målgang og stempler i mål på vanlig måte.

Lagkonkurranse: Se eget PM for lagkonkurransen.

Småttroll/barneparkering: På arena. Småttroll koster 30 kroner, som betales kontant.
Småttroll/barneparkering er åpen fra klokka 10.00.

Servering: På arena blir det salgstelt med vafler, kaker, kaffe og brus.

Salg o-utstyr: Vil være til stede på arena for salg av orienteringsutstyr og sportsutstyr.

Vask: Våtklut.

Resultatservice: Resultater blir slått opp fortløpende på arena. Etter at hver enkelt klasse er avsluttet, vil det være 15 minutters klagefrist. Eventuell klager leveres løpskontoret.
Offisielle resultatlistene legges ut på Eventor etter løpet. Premiering i henhold til NOFs

regler. Medaljer etter regler for Hedmark og Oppland o-krets. Løpere opptil 12 år henter premie etter målgang. Premie/medaljeseremoni for øvrige klasser.

Førstehjelp: På arenaen.

Løpsleder: Arne Røste, mobil 99712578

Løypelegger: Geir M. Øien, mobil 99724994

Stafettklasser - mesterskapsklasser:

Klasser	Nivå	Lengder	Annet
D13-16	B-C-B	3,4 - 2,9 - 3,4	
H13-16	B-C-B	3,4 - 2,9 - 3,4	
D17	A-A-A	5,1 - 4,2 - 5,1	
H17	A-A-A	7,6 - 5,3 - 7,6	
D150	A-A-A	3,5 - 3,1 - 3,5	Sum alder min 150 år
H150	A-A-A	4,8 - 4,2 - 4,8	Yngste aldersklasse D/H 35
D180*	A-A-A	3,1 - 2,2 - 3,1	Sum alder min 180 år
H180*	A-A-A	3,5 - 3,1 - 3,5	Yngste aldersklasse D/H 35
Mix**	A-C-A	3,5 - 2,9 - 3,5	Begge kjønn, minimum alder 13 år
Lagkonk. D/H-12**	C/N	3,1	2-3 løpere per lag
Direkte A**		4,4	Påmelding på arena løpsdagen
Direkte C**		2,9	
N-åpen**		1,6	

* Ikke mesterskapsklasser i Oppland

** Ikke mesterskapsklasser

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

I alle løypelengder inngår 420 meter merket løype (startpost/mål)

VELKOMMEN TIL KM 2017 FOR OPPLAND OG HEDMARK!

