

PM VESTLANDSMESTERSKAPET

HAUGESUND 2 -3.09

Vi ønsker alle vel møtt til vestlandmesterskap i Haugesund 2017, med individuelt løp lørdag og stafett søndag.

KART:

Byheiene, utgitt 2009, resynfart vår 2017. Kartene er trykket på vannfast papir. Plastlommer vil være tilgjengelig for de som ønsker dette.

Lørdag er løype 1-4 tatt ut i A3, de andre i A4. Løype 4, 5 og 8 er skrevet ut i 1:7.500, øvrige i 1:10.000.

Søndag er alle kart i A4 format og i målestokk 1:7.500

Vi gjør oppmerksom på en del av steinene som er merket på kartet er under 1m høye.

FORBUDT OMRÅDE:

På samlingsplass er tilstøtende terreng på alle kanter forbudt område. Vegen fra samlingsplass til start lørdag går gjennom løpsområdet. Løperne må kun bevege seg på vei/sykkelsti til start.

TERRENG:

Løypene går gjennom svært ulike terrengtyper, fra åpent kystlandskap, via delvis bevokste områder til tett gran og furuskog. Løypene går også gjennom grovkupperte terrengformasjoner. Store deler av terrenget er flittig brukt av turgåere, og enkelte steder er det nye tråkk som ikke er markert som sti på kartet. Noen av stiene kan være utydelige grunnet vegetasjon. Bunnen varierer fra lettløpt skogbunn og «fjellterreng» til tunge myrer og områder med grastuer.

Løypelengder Lørdag

Løype 1 (9400m), 2 (7100m), 3 (5400m), 4 (4200m), 5(2600m), 6(3800m), 7(2000m), 8(1700m)

POSTBESKRIVELSER:

Internasjonale tegn i alle løyper (tekst i tillegg utlevert til N-løyper). Det er løse postbeskrivelser på start lørdag.

BRIKKER:

Sjekk på lagsliste at det er ført opp rett brikkenr, og gi beskjed på løpskontoret ved eventuelle feil. Leiebrikker må leveres inn når løperne er ferdig med siste konkurranse. Klubber som leier brikker er ansvarlige for brikkene, og vil bli fakturert med kr 500,00 dersom brikka ikke blir returnert. N- Open får leie brikke gratis på løpskontoret.

STARNR:

Under stafetten er det startnr til alle løperne. Ikke startnr på lørdag.

START:

Lørdag: Start 1: løype 1-7, 1.4 km å gå på vei. Merket fra Solandsbakkene barnehage. Startpost om lag 150 meter etter tidsstart.

Søndag: Stafett og individuelle løyper har start på samlingsplass.

I N- og C-løyper er det fri start begge dager. På lørdagen kan N-Open starte fra kl 14.15 til kl 1500. På søndag fra kl. 10.15 til 11.00.

Øvrige klasser starter fra kl 15.00 på lørdag og fra kl 11.00 søndag. Opprop 3 minutt før tidsstart, det er løse postbeskrivelser lørdag. 1 minutt før start går du fram til kart/startbukk. Brikkene blir aktivisert i startøyeblikket. Når klokka starter å pipe, legg brikka ned. Løft opp og start på siste pipet. Kartet tar de opp når de starter.

VÆSKEPOST:

Det er væskepost på lørdag i løype 1 og 2.

MÅL:

Stempling på målstreken. Etter målgang følg køen fram til avlesing av brikke. Du får strekktider etter målgang.

STAFETT:

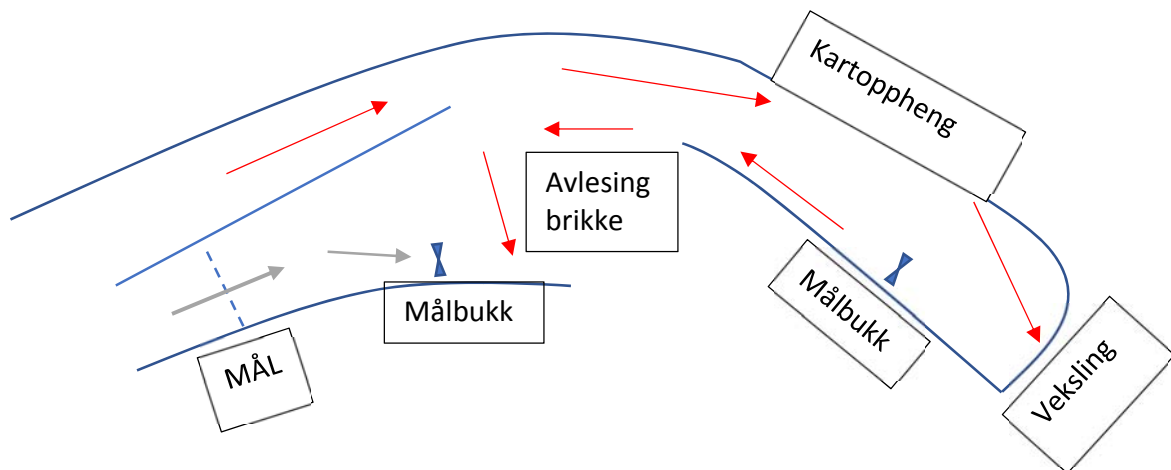
Starttid kl 11.00: H17 og D13-16 Starttid kl 11.05: D17, D156 og Mixklasse
Starttid kl 11.10: H156 og H13-16 Starttid kl 11.15: D/H11-12

Gå inn i startfeltet ved opprop og null brikka på startbukk Ved start ta opp ditt kart og løp merket løype til startpost ca. 100 meter.

Alle mesterskapsklassene passerer publikumspost i utkanten av samlingsplass 500 – 650 meter før veksling/målgang.

Ved veksling spring inn i venstre fil merket til veksling, lever fra deg kartet, ta neste etappes kart ned fra oppheng og overlever kartet til løper neste etappe. **PASS PÅ Å TA RIKTIG KART !** Stemple på målbukk, gå deretter tilbake rundt baksiden av telt, hold godt til venstre og gå til avlesing av brikke. Løpere som skal ut må huske å nulle ut brikke når de går inn i vekslingsområdet, startbukk står ved inngang vekslingsfelt.

Målgang stafett. Følg merking til mål, stempling på målbukk 5-10 meter bak målstreken, målstreken avgjør rekkefølge ved spurtoppgjør. Følg køen til avlesing.



INNLEVERING LAGOPPSTILLING STAFET

Siste frist for innlevering av lagoppstilling lørdag 20.august kl 18.00 på samlingsplass.

LAGSTELT:

Lagstelt kan slås opp i området vest for innløp lørdag. Samlingsplass er intim, og teltene må plasseres tett. En våt sommer har gjort at det er en del våte parti.

KIOSK:

Vi selger brus, pølser, kaffe, kaker, boller, mm.

SMÅTROLL/BARNEPARKERING:

Småtroll begge dager med start på samlingsplass. Startkontingent kr 20,00.
Barneparkering på samlingsplass.

PREMIEUTDELING:

Gull, sølv og bronse i alle mesterskapsklasser. Premiering ellers etter gjeldende regler. Premieutdeling rett etter løpet.