

PM

KM mellomdistanse for AOOK og Trimtex Cup 2017

3. september 2017

- Frammøte/Arena:** Neskollen skole/Nes Arena (Nes kommune).
- Veimerking:** Merket fra rundkjøring E16 (Kongsvingervegen) – Hvamsmøvegen. Det er ca. 400 fra rundkjøring til samlingsplass.
- Parkering:** Parkering rett ved samlingsplass. Inntil 200 meter å gå fra parkering.
- Offentlig transport:** Det oppfordres til kollektivtransport med buss til holdeplassen på Rød. Ca. 600 m fra samlingsplass. Se www.ruter.no for rutetider. Fra holdeplassen er veimerkingen fra rundkjøring synlig.
- Start:** Første ordinære start kl 11:00. Startlister ligger på nett og henges opp ved start og på samlingsplass.
Direkteklasser og N-klasser har valgfri starttid i tidsrommet kl 10:00 - 12:30.
- Det er ca. 1.900 meter å gå til start fra samlingsplass. Stigning ca 85 høydemeter. (Se kart bakerst i PM)
Beregne god tid! Følg merking med røde Swix bånd.
- Digitale ur angir oppropstid og starttid.
Dersom noen skulle komme for sent til start skal vedkommende henvende seg til funksjonær ved start.
- Back-up lapper til Emit og løse postbeskrivelser finnes tilgjengelig ved start.
- Det er ikke toaletter ved start, kun på samlingsplass.
- Kart:** Neskollen, utgitt 2017, målestokk 1:10.000/1:7500 (se egen oversikt, klasser og målestokk), ekvidistanse 5 meter.
- Avstand til startpost fra start er ca 80 meter.
- Det har vært hogst i terrenget nesten helt fram til løpsdagen. Nye hogstfelt er tegnet inn på kartet, men løpbarheten er varierende. Noen steder kan det fortsatt ligge tømmer og kvist på bakken. Nye tømmerlep kan forekomme. Dette gjelder kun de lengste løypene. To nye boligfelt er skravert på kartet som forbudt område. Ikke merket i terrenget.

Kart for alle N-klasser og klasser t.o.m 12 år ligger i lagsposer som hentes på løpskontoret. NB! HUSK Å TA MED KARTET TIL START. Følgekart for ledsagere fås utdelt på løpskontoret. Det finnes også noen reserve ledsagerkart på start.

Kart blir ikke samlet inn etter målgang. Husk fair-play. Løpere som ikke har løpt skal ikke se kart før sin start.

- Terreng:** Middels kupert terreng med god løpbarhet. Stort sett åpen furuskog, men enkelte partier med tettere granskog. Stifylt nærterreng og en del skråli. De lengere løypene får mer variert terreng
- Poster:** Postene kan ligge tett, spesielt mot slutten av løypene. Sjekk koder!
- Kvitteringssystem:** Emit EKT brikke benyttes for elektronisk kontroll og tidtaking. Brikkenummer må oppgis ved påmelding. Løpere som melder seg på uten brikkenummer vil bli tildelt leiebrikke. Løping med feil brikke medfører diskvalifikasjon.
- Etteranmelding:** Det vil kun være mulig å melde seg på N-åpen, Direkte A, Direkte B eller Direkte C på arena løpsdagen fram til klokken 12.00. NB! Siste start i direkteklasser kl 12:30.
- Startkontingent:** D/H 16: kr. 80, D/H 17-: Kr 160, Direkteløyper: 120,-. Leie av Emit EKT brikke: Kr. 50. Norske klubber faktureres i etterkant av løpet.

Klasser og løypelengder:

Løypelengde	Målestokk	Klasse/Nivå
5,9 km	1:10000	H21
4,8 km	1:10000	H19-20 , H35
4,3 km	1:10000	D21, H17-18 , H40
3,9 km	1:10000	H45, Direkte A
3,7 km	1:10000	H15-16, D19-20 , D35, D40, H50
3,3 km	1:10000	D17-18
3,3 km	1:7500	H55
3,0 km	1:10000	D15-16 , D45, D50
2,6 km	1:7500	D55, H60, H65
2,2 km	1:7500	D60, H70, H75
1,8 km	1:7500	D65, D70, D75, D80, H80
2,6 km	1:10000	H13-14
2,5 km	1:10000	D15-16B, H15-16B, D17B, H17B, Direkte B
2,5 km	1:10000	D13-14
1,6 km	1:7500	D13-16C, H13-16C, D17C, H17C, Direkte C
		D11-12, H11-12
1,5 km	1:7500	D10, H10
1,4 km	1:7500	N-Åpen, D11-12N, H11-12N, D13-16N, H13-16N, D17N, H17N

KM-klasser uthevet

Trimtex Cup:

Løpet er det 6. løpet i Trimtex-cup 2017 for klassene D/H13-14 og D/H 15-16.

Alle klasser i Trimtex Cup skal løpe med startnummer. Startnummer og sikkerhetsnåler finner deltagerne ved start. Det er løpernes ansvar å finne riktig startnummer og feste skikkelig med sikkerhetsnåler.

Følgende skal løpe med **Trimtex Cup trøyer**:

Ledertrøye (gule):

D 13-14: Pia Young Vik, Nydalens SK

D 15-16: Oda Scheele, Nydalens SK

H 13-14: Anselm Reichenbach, Oppsal Orientering

H 15-16: Halvor Tørnqvist Halden, Nydalens SK

Klatretrøye (rød/hvit)

D 13-14: Johanne Rognerud Bøe, Fossum IF

D 15-16: Hanna Eckhardt Andersen, Heming Orientering

H 13-14: Elia Thorvik, Nydalens SK

H 15-16: Isak Jonsson, Nydalens SK

Spurttrøyer (grønne):

Jente: Marte Madslie Bakken, Nydalens SK

Gutt: Lars Young Vik, Nydalens SK

Trøyene deles ut på samlingsplass ved opprop ca 10:15. Løpere som skal ha trøye og ikke er til stede ved opprop bes henvende seg til løpskontoret. Trøyene skal levers tilbake til løpskontoret etter målgang.

Klatrestrekk/veivalgsstrekk:

D 13-14: Post 5 til 6

D 15-16: Post 3 til 4

H 13-14: Post 8 til 9

H 15-16: Post 3 til 4

Totalstilling i Trimtex Cup:

<http://eventor.orientering.no/Standings/View/Series/373>

Premiering:

I henhold til NOFs reglement. KM medaljer etter kretsens regler.

Representant fra kretsen står for utdeling av KM medaljer.

Premiering foretas fortløpende når klagefrist er utløpt. Ved klage utsettes premiering til klagen er sluttbehandlet.

Barnepark:

Rett ved samlingsplass, i skolegården. Åpent fra 10:00 -

Småttroll:

Rett ved samlingsplass, start i skolegården. Åpent fra 10:00 – 12:00

Kr 20,-

Sanitet:

Det er sanitetstjeneste på samlingsplass.

Nes kommunale legevakt på Årnes: Ring telefonnummer 63 90 11 33

Vask:

Våtklut

- Salg:** Kaffe, brus, frukt og kaker på samlingsplass. Vi tar kontanter og vipps. **Sport8** har salg fra eget telt på samlingsplass.
- Toaletter:** Toaletter finnes i Nes Arena ved samlingsplass. Inngang er merket. Ta av sko med pigger. Ingen toaletter ved start.
- Løpsledelse:**
- Løpsledere: Tron Erik Hovin (977 53 517) og Bent Skatvedt (482 53 874)
- Løypelegger: Aslak Kinneberg (928 20 621)
- TD: Per Stedje, Østmarka OL (928 20 621)
- Klage/ protester:** Eventuelle klager eller protester leveres på løpskontoret senest 15 minutter etter at resultatlistene i den enkelte klasse er offentliggjort ved oppslag på samlingsplass. Klage/protest skal leveres skriftlig.
- Jury:** Jury for KM mellomdistanse: Utpekt av kretsen.

Innbydelse, PM, PM for Trimtex-Cup og startlister legges ut på eventor.no og på <http://romeriksløpet.raumar.net/>

Raumar orientering ønsker velkommen til Romeriksløpet - KM mellomdistanse og Trimtex-cup!

Gangvei til start:

