



PM – Hemingkjappen, skiorientering 13. mars 2018

Tirsdag 13. mars ønsker Heming Orienteering velkommen til et uformelt og forenklet nær-ski-O-løp! Værgudene og kommunale reguleringer har ikke gjort det enkelt for oss, men med litt sporty innstilling håper vi at alle får en morsom og fin opplevelse i Oslos vintereldorado!

Arena

Øvresetertjern (Mellom Frognerseteren og Tryvann). To store P-plasser rett ved arena.

Sekretariat

Etteranmeldinger, utlån av brikke og kartstativ samt **brikkeavlesning** etter målgang skjer på den lille P-plassen nord for veien, rett vest-sør-vest for tjernet (gult kryss).



Start

Fri start mellom kl. 18:00 og 19:00.
Husk å nulle brikken ved startpost!

Løpeligdom/Klasser

1,9 km	Nybegynner	
2,5 km	Kort	Damer / Herr
3,8 km	Mellom	Damer / Herr
4,6 km	Lang	Damer / Herr

Kart

«Øvresetertjern», 1:5000 / 5m, tilpasset ski-O normen.

Stemplingssystem

Emit Touchfree (EmiTag), – samme brikke som brukes i langrenn, sprintorientering m.m.

Vi har et lite antall brikker til utlån dersom man ikke har brikke selv.

Brikken festes rundt håndledet. Husk å kontrollere ved hver poststempling at lysdioden i brikken blinker.

Avlesning av brikke etter målpasering gjøres ved arrangørens bil på P-plassen. Gå direkte til avlesning rett etter målpasering.

Terreng/løyper

Det brukes primært (ca. 80%) det rikholdige løypenettet som eksisterer i området, supplert med noen manuelt oppgatte løyper med ski og pulk (grønnstiplet).

De manuelt oppgatte løypene er for smale til skøyting. Grunnet den store snømengden er staking i de smale sporene vanskelig.

Arrangøren anbefaler derfor klassisk ski med festesmøring for ALLE!

Grunnet det store snøfallet siste 2 døgn er heller ikke alle løypene i det store løypenettet nykjørte. De er likevel merket på kartet med symbol for bred, maskinpreparert løype.

Lysforhold

Noe av løypenettet er opplyst, men hodelykt/kartlys er nødvendig.

Kartstativ

Vi har noen kartstativ til utlån. De lånes ut etter «førstemann til mølla» prinsippet på arena. Husk å levere tilbake utlånstativ ved brikkeavlesningen.

Instruksjon

Vi vil prøve å tilby litt enkel instruksjon på arena til dere som aldri har gått skiorientering før!

Velkommen til en morsom O-oplevelse!