



Bækelagets Sportsklub

PM Oslo City Cup #3

17. april 2018

Bækelagets Sportsklub ønsker velkommen til det tredje løpet i årets Oslo City Cup.

Transport og parkering:

På grunn av mangel på p-plasser og mye kø på Mosseveien, anbefaler vi offentlig kommunikasjon til vårt arrangement.

Offentlig transport:

Fra stoppested Tollboden eller Bjørvika: Buss 81 mot Fløysbonn, 83 til Tårnåsen til stoppested Nedre Bekkelaget. Buss 85 Ulvøya via Malmøya fra stoppested Tollboden til stoppested Ormsundbakken. Deretter kort gangavstand til samlingsplass ved Nedre Bekkelaget skole. Følg røde og hvite merkebånd.

Vi henviser til Ruter sin reiseplanlegger, <http://reiseplanlegger.ruter.no> for detaljert reiseplanlegging.

Parkering privatbiler:

Dersom du kommer til arrangementet i privatbil, så skjer parkeringen ved offentlig parkering på Ekeberg, rett ved Ekeberghallen. Følg skilting til Ekeberg fra Ring 3/E6. Det vil være merket med o-skjerm ved avkjørsel til parkering ved busstopp Ekeberghallen. Deretter ca. 1,8 km å gå til samlingsplass ved Nedre Bekkelaget skole. Beregn ca. 20-25 min. Følg røde og hvite merkebånd. Se kartutsnitt i eget vedlegg i eventor.

Det er IKKE tillatt for o-løpere å parkere ved arena på Nedre Bekkelaget skole!

Arena:

Arena er utendørs på grusbanen i skolegården på vestsiden av Nedre Bekkelaget skolebygg.

Kart:

Ormsund, målestokk 1:5000, ekvidistanse 2 m, utgitt 2016, revidert 2018. Postbeskrivelse er trykket på kartet. Løse postbeskrivelser deles ut ved start, inne i startslusen. Kartet blir printet på vannfast papir, uten plastlomme.

Løpsområde:

Nedre Bekkelaget og Ormøya. Terrenget består av veier, friluftsområder og noe skog. Fordelingen er ca 50% park/friluftsområder og 50% gater og veier. Området er relativt kupert. Vis hensyn til fastboende og turgåere. Det kan også være noe trafikk på veiene i løpsområdet, så løperne må vise aktsomhet ved løping i gatene. Det vil være plassert ut vakter der hvor løperne krysser hovedveien ut mot Ormøya. Det er PIGGSKOFORBUD på løpet, dette innebærer også knott-pigg på vanlige o-sko!



Bækkelagets Sportsklub

Forbudt område:

Alle boligområder er forbudt område. Disse er merket på kartet med olivengrønn farge. Det er også lagt inn et forbudt område skravert med samme farge som løypene, men rekruttløpa berøres ikke av dette. Det er forbudt å passere gjerder og murer som er merket forbudt på kartet, i henhold til sprintnormen. Det vil være vakter utplassert i området. Overtredelse vil medføre diskvalifikasjon.

Start:

Alle løyper har samme startsted som er ca 900 m fra samlingsplass. Det er merket til start med rød/hvite merkebånd. Oppvarming foregår på vei til start. Det er startklokke på start som vil vise oppropstid, 1 minutt før start. 15 sekunders startintervall. Rekruttløypen har fri start mellom kl. 18:00 og kl 19:15, kart deles ut på løpskontoret. Det er fire båser merket med klasser, pass på at du går inn i riktig bås. Brikken nulles i startøyeblikket, og løper er ansvarlig for dette. Pass på at brikke blinker ved nulling! Det er brikketiden som teller. Merket løype til startpost ca. 150m.

Stempling:

Vi benytter Emit Touch Free enheter. Det er kun stempling med EmiTag. Løpere som ikke er påmeldt med EmiTag blir tildelt av arrangøren. Disse må hentes på Løpskontoret før start. Alle må sjekke at de har EmiTag i henhold til startlister før avgang til start. Leie av Emitag koster 30,-. Det er ingen avgift for bytte til Emitag før start. EQ Timing AS har stand på samlingsplass der de selger Emitag for de som vil kjøpe. Denne må i så fall endres i Løpskontoret før du starter.

Løyper og klasser:

Det er tre ulike konkurranseløyper og en rekruttløype. Det er stedvis tett med poster, så sjekk koder! Det er lagt inn et forbudt område skravert med samme farge som løypene, men rekruttløpa berøres ikke av dette.

Klassene er fordelt på de tre løypene som følger:

Løype 1 (2,5 km, 20 poster): D13-16, H17-, D50-

Løype 2 (2,5 km, 19 poster): H11-12, D17-, H50-, H60-, H70-

Løype 3 (2,5 km, 19 poster): D11-12, H13-16, D40-, H40-, D60-, D70-, D bedrift, H bedrift

Rekruttløype

Det er en rekruttløype for D/H Rekrutt. Løypa er 1,1 km og har 12 poster. De som skal løpe rekruttløypa skal hente kartet sitt i sekretariatet. Løpere i denne klassen kan gjerne løpe med følge.

Målgang:

Løperne må stemple i mål, det er ikke automatisk registrering slik det var på OCC #2. Sjekk at brikken din blinker ved stempling på målpost – mangel på stempling her medfører disk.

Så går man videre til avlesing av brikke og utskrift av strekktider. Mål stenger 45 min. etter siste start, senest kl. 20:00.



Bækkelagets Sportsklub

Resultatservice og Livelox

Vi har ikke resultatoppslag på løpet. Resultater publiseres på Eventor etter arrangementet. Løpet er forberedt i Livelox, følg link fra Eventor.

Etteranmelding:

Etter at Eventor stenges kl 14.00 på løpsdagen, kan etteranmelding gjøres fra kl. 16:30 til 17:30 ved sekretariatet på samlingsplass, så lenge det er nok kart. Møt opp i god tid for å unngå kø!

Toaletter:

Det er noen få toaletter tilgjengelig på skolen ved arena. Her kan det fort bli kø, så vær ute i god tid. Det er strengt forbudt å gå inn med sko. Ved start er det ingen toaletter.

Løperdrikke/kiosk:

Det er ikke løperdrikke etter målplassering. Ta med drikke selv. Skolens musikkorps vil selge vafler til inntekt for sin virksomhet.

Løpsleder: Arne Torgersen, tlf: 90 11 91 03 epost: amtorgers@hotmail.com

Løypelegger: Sindre Sandven