

PM - Freidigstafetten lørdag 26. mai 2018



Arrangør: Sportsklubben Freidig

Orienteringsavdelingen i Sportsklubben Freidig har gleden av å invitere til den tradisjonsrike Freidigstafetten. Årets stafett går fra Lavollen i Bymarka.

ADKOMST

Merket med o-post fra Byåsen Butikksenter der Breidablikkveien/Fjellseterveien krysser Sverresborg Allé. Parkering er ved Baklia. Dette er en vanlig utfartsparkering i Trondheim, ta hensyn og parkér tett. Følg instruksjon fra parkeringsvakt. Merket fra parkering til samlingsplass ca 1500m, greit framkommelig med barnevogn

Bussrute 10 fra Kongens gate (K1) har avganger 09:50, 10:20 og 10:50 med ankomst Tungaveien 11 minutter senere. Ikke merket, følg Tungaveien til den møter merking fra Baklia; ca 900m å gå.

PRAKTISKE OPPLYSNINGER ARENA

Toalettmulighet etablert i utkant av arena. Enkel kiosk med salg av kaker, kaffe, brus med mer.

LAGSPOSER

Lagsposer med startnumre fås ved henvendelse til sekretariatet. Alle stafettløpere skal bære startnummer. Sikkerhetsnåler og backuplapper fås i sekretariatet.

TERRENGET

Løpsterrenget er slak skråli med innslag av mer småkuperte partier. Terrenget består av både bar- og løvskog i varierende alder, samt noen områder med åpne myrer. To større bekker går gjennom løpsterrenget. Begge bekkene er passerbare, men strekkene er stort sett lagt slik at man kan bruke broer for å komme over. Slutten av løypene vil preges av stirikt nærterreng.

Det er i området rundt Lavollen nylig satt opp flere gjerder. Vi ber løperne om å vise hensyn og ikke klatre over disse. Inngjerdingen i forbindelse med veivalg er på kartet markert med rød skravering (709 - Out of bounds). Minner også om at løping på eller i kanten av dyrket mark ikke er tillat.

KART

Kartet er et utsnitt av kartbase Bymarka. Kartet er revidert de senere år med nye hogstfelt, stier og vegetasjon. Kartkvaliteten er god. Målestokken er 1:10000 og ekvidistanse 5 m. Kartet er slått opp på infotavle på samlingsplass.

C og N løyper henges opp på arena slik at stafettløperne som skal ha disse løypene kan forberede seg før start.

START, VEKSLING OG MÅLGANG

Klasse DH 11-12 starter kl 11.10, øvrige klasser kl 11.00.

Både stafettløpere og løpere i individuelle klasser starter på arena og følger merkebånd til startpost når starten har gått. Alle løpere må følge merket trasé både fra start til startpost, og fra sistepost til mål. Det er ikke stemping på startpost, men alle løpere skal løpe innom denne.

Når løpere kommer inn til veksling skal innkommende løper stemple på målbukk, og deretter hente neste løpers kart fra kartoppheng. Vekslingen skjer ved at innkommende løper overrekker kartet til utgående løper. Alle løpere oppfordres til å sjekke at startnummeret på kartet man mottar stemmer overens med lagets startnummer.

I klasse DH11-12 må lag som dobler eller tripler på 2. etappe ta kart til ekstraløperne fra kasse i vekslingsfeltet, kun ett kart er hengt oppn.

Ved målgang stempler sisteetappeløpere og individuelle løpere på målbukk. Ved spurtoppgjør er det første løper over mållinjen som avgjør innbyrdes plassering.

LØYPER OG KLASSER

Klasse	Løyper (nivå)
DH 11-12*	1,9 - 1,9 - 1,9 (C-N-C)
DH 13-16**	3,1 - 2,1 - 3,1 (B-C-B)
D 15	3,8 - 3,8 - 3,8 (A)
D 135	3,2 - 3,2 - 3,2 (A)
D 175	2,7 - 2,7 - 2,7 (A)
H 15	5,0 - 5,0 - 5,0 (A)
H 135	4,5 - 4,5 - 4,5 (A)
H 175	2,7 - 2,7 - 2,7 (A)

Individuell klasser og Direkteløyper, start mellom kl 10.30-12.00

D/H-10	1,9 km (C)
N-Åpen	1,9 km (C)
Direkte A	3,2 km (A)
Direkte B	2,9 km (B)
Direkte C	1,9 km (C)
Småttroll	

* Det er stafett i klassen DH 11-12. Det blir anledning til å doble (eller triple) både første og andre etappe. Det betyr at løperne går ut samtidig med hvert sitt kart, og at neste etappe løper ut når førstemann av de to (eller tre) kommer i mål. Denne stafetten er ikke gaflet.

** DH 13-16: minst en løper må være D-løper eller H 13-14

Det er adgang for mix-lag, det vil si lag med løpere fra flere klubber. Det skal ikke settes sammen med den hensikt å lage bedre lag enn det klubbene kunne greid hver for seg.

Påmelding individuelle klasser gjerne innen fredag 25.05 kl 21.00 til paameld14@freidig.idrett.no, eller på løpsdagen til sekretariatet.

Postbeskrivelse med IOF-symboler på løpskartene for alle klaser.

N-Åpen og D/H -10 har i tillegg tekstbeskrivelse. **N-løypene vil mellom 2. og 3.post ikke kunne følge ledelinjer. Her er det derfor merket med røde og hvite merkebånd hele veien mellom postene. Dette er markert på kartet med rød, stiplet linje, og på postbeskrivelsen.**

SMÅTROLL

Småttroll kan melde seg på ved salgsteltet. 20 kr for deltagelse og premie til alle.

RESULTATER OG INFO

Resultater og informasjon henges fortløpende opp på arena, og legges ut på Eventor

LØPSLEDELSE

Løpsleder: Jacob Hygen, jhygen@gmail.com

Løypelegger: Lars Owren

Påmelding/tidtaking: Pål Kittilsen, paameld14@freidig.idrett.no

Husk å nulle brikken før start og god tur i skogen!