



IL Dyre Vaa ynskjer velkomen til

Noregscup mellomdistanse og sommarløpet i Rauland

PM

Arena:

Holtardalen skisenter. Merka frå FV 37 mellom Rauland og Rjukan.

Parkering:

Parkering på arena, kr 50 kan ein betale kontant, eller VIPPS til 526384. Ha dette gjerne klart på førehand for å spare tid. Parkering er berre tillate på tilviste plassar.

Løpskontor:

Løpskontoret ligg på arena, rett ved målgang. Løpskontoret opnar klokka 08.00.
Det er ikkje lagsposar.

Leiebrikke og leietag:

Leiebrikker, o-brikke og emiTag (noregscup-løparar skal springe med emiTag i tillegg til vanlig o-brikke) delas ut ved start, og samlast inn ved målgang. Dei som skal springe begge dagar, beholder emiTag / o-brikke og leverer inn på løpet i Høydalsmo sundag. Tap av leiebrikker blir belasta den aktuelle løpar.

Dei som etteranmelder seg i direkteløyper på løpsdagen og treng leiebrikke får denne på løpskontoret.

GPS:

GPS skal nyttas i klassane D/H21E og D/H19-20. Sjå oppslag på arena kva for løparar dette gjeld. GPS delas ut på start. Hugs å sette av tilstrekkelig tid til dette. GPS samlast inn direkte etter målgang.

Startnummer:

Startnummer med sikkerheitsnåler er på start, og skal nyttast av alle noregscupløparar. Ein får ikkje starte utan startnummer. Hugs å sette av tilstrekkelig tid til dette. Det er sjølvbetjening av startnummer.

Start noregscup:

Noregscupklasser har 10 minutt gange til start. Det er merka med kvite merkeband med o-postar på.

Merkinga startar i botn av alpinbakken, aust for varместua. **NB: Alle noregscupløpære må forlate arena/målområdet og gå til start seinast klokka 11.45**

Tidtaking og emiTag noregscup:

Det nyttast emiTag til tidtaking og emit-brikke til stempling. Løpstida går frå starttidspunktet til løparen passerer mållinja. Det er ikkje stempling på målstreken, men avlesing av emit-brikke like etter målgang.

Innsamling og utdeling av løpskart noregscup:

Løpskart noregscup samlast inn ved målgang, og blir frigjeve etter siste start.

Start og tidtaking publikumsløp:

Deltakarar i publikumsløpet har fri start i tidsrommet 12.30-14.00. Løype 1 frå 1245-14.00. Følg instruksar frå startmannskap. Klassane N-åpen, D/H11-12N, D/H13-16N, D/H17N, D/H10, D/H11-12 og D/H13-16C har start i botn av alpinbakken rett aust for varместua på arena. Alle løparar som skal starte på arena må hente ut løpskart ved løpskontoret.

Dei andre klassane har same start som noregscupklassane, rekn 10 minuttars gange, merking med kvite merkeband med o-postar på startar i botn av alpinbakken rett aust for varместua. Det nyttast brikketid, og skal stemplast på målbukk ved målgang.

Direkteløyper:

Det er direkteløyper i nivå A, B og C, samt N-åpen. Påmelding ved løpskontor fram til klokka 12.00. Direkte A, B og C får kartet på start.

Løpardrikke og resultat:

Løpardrikke finn du ved nordsida av varместua. Resultatlistar blir hengt opp fortløpande på varместuas nordvegg.

Tøy frå start:

Tøy frå start blir levera ut ved løpsinformasjonen.

Toalett:

Toalett finn du i varместuas austre del. Hugs å ta av piggsko. Det er ikkje toalett på start.

Vask og drikkevatt:

Det er ikkje dusj på arena, og løparane visas til eget overnattingssted for dusj. Det er vatn frå utekran på varместuas nordvegg.

Sal:

Det er kiosk med sal av kaffe, brus, pølser, kaker, boller, vaflar på arena. Kontant betaling eller VIPPS til 526384.

Straumgjerde:

Eit straugjerde deler løpsterrenget i to. **Straumen er slått av på løpsdagen.** Gjerdet er teikna på løpskartet.

Premiering:

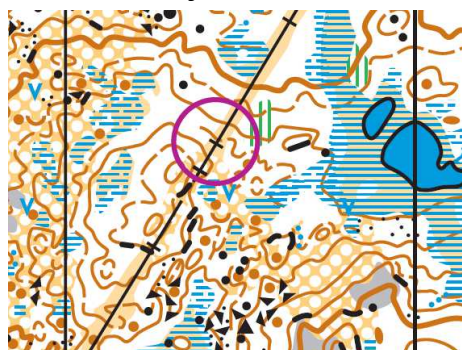
Noregscupklassar 1/8 premiering, premiar til alle t.o.m 12 år, 1/3 i klassar 13-16år. Dei andre klassane har premie til klassevinnar. Premieutdeling fortløpande på arena.

Kart og terreng:

Utsnitt av samlekart Rauland, framstilt til JWOC 2015, resynfara 2018. Området rundt arena er nytt i 2018. Målestokk 1:10 000, 5m ekvidistanse for noregscup. I sommarløpet har alle klassar målestokk 1:7500, utan H40 som har 1:10000.

Terrenget består av blandingsskog med god til sær s god løpbarheit. Det er område med store opne myrar, kombinera med område med stor detaljrikdom. Noko berg i dagen. Dette er kan hende det mest naturskjønne og o-teknisk krevjande området i Rauland.

Kartkorreksjon:



Kraftlinjemasta i senter av ringen eksisterer ikkje.
The power mast in center of the ring does not exist.

Klassar og løypelengder noregscup:

Klassar	Løypenr	Løypelengde	Stipulert vinnartid
D17-18E	6	2,4 km	22 min
D19-20E	4	2,7 km	25 min
D21E	2	4,3km	30 min
H17-18E	5	3,8km	24 min
H19-20E	3	4,0km	24 min
H21E	1	5,0km	30 min

Rauland fjellsport as



Klassar og løypelengder Sommarløpet:

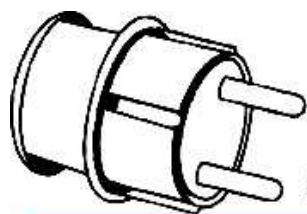
Klassar	Løypenr	Løypelengde	Merknad
N åpen, D 11-12N, H11-12N, D13-16N, H13-16N, D17N, H17N	7	1,7km	Start på arena
D10, H10, D11-12, H11-12, D13-16C, H13-16C	8	1,8km	Start på arena
D13-14, H13-14, Direkte B	9	2,5km	
D15-16, D50, D17AK	6	2,4km	Same løype som D17-18E
H15-16, H50, H60, H17AK, D40	5	3,8km	Same løype som H17-18E
H40, Direkte A	1	5,0km	Same løype som H21E
D60, D70, D80, H70, H80	10	2,4km	
Direkte C	11	2,7km	

Småttroll og barneparkering:

Me tilbyr enkel barneparkering på arena dersom det kommer påmeldingar til dette. NB påmelding til barneparkering sendes på mail til niaaa77@yahoo.com innan onsdag 15.august klokka 23.59.

Me har ikkje småttroll, men N-åpen løypa er lettgått, og anbefalast også for dei mellomsmå.

Hjarteleg velkomen, og god tur i skogen!



Rauland Elektriske a s