



PM Stafett 16/9-2018



PM Fellesinformasjon:

Det er laget et egen PM med fellesinformasjon som gjelder alle dagene. PM henges opp på arenaen.

Ankomst til arena:

Det oppfordres til å ankomme arenaen fra Presteveien. Det vil være skilting fra Myra. Følg anvisning til parkering. Parkering vil være rundt arenaen, på jorde og langs grusvei. Avstand fra parkering til samlingsplass vil være 100-1200 meter.

Start

10:00 Start damer

11:30 Start herrer

Lagoppstilling / Startnummer:

Lagoppstilling legges inn i Eventor innen kl 20:00 lørdag 15. september. Endringer av lagoppstilling kan deretter gjøres inntil 1 time før start på skjema i infotellet.

Startnummer hentes i infotellet klubbvis. Alle løpere oppfordres til gjenbruk av sikkerhetsnåler, eventuelt nye fås i infotellet.

Klasser og løyper:

Klasse	Løypelengde	Stigning	Antatt vinnertid
D17 etappe 1	4,3-4,4 km	160 m	37 min
D17 etappe 2	4,3-4,4 km	160 m	37 min
D17 etappe 3	4,7 km	180 m	40 min
H17 etappe 1	6,5-6,6 km	280 m	40 min
H17 etappe 2	6,5-6,6 km	280 m	40 min
H17 etappe 3	7,3 km	330 m	45 min

Siden stigning kun kan angis en gang for hver klasse på postbeskrivelsen, så er det tallene for 1. og 2. etappe som vil stå på postbeskrivelsen på løpskartet, også for 3. etappe.

GPS:

Liste over hvem som skal løpe med GPS offentliggjøres i Eventor og på arena. De som er på denne listen er pliktig til å løpe med GPS. GPS vil bli fordelt på 3. etappe i D17, og 2. og 3. etappe i H17.





PM Stafett 16/9-2018



Karantene:

Alle løpere på 2. og 3. etappe i H17 må befinne seg på vestre side av veien eller på sørsiden av bekken som går igjennom arenaen innen kl 12:05. Overtredelse av dette kan medføre diskvalifikasjon.

Oppvarming:

Oppvarming skjer på arena.

Kart og terreng:

Kart: Utsnitt av Takserås, målestokk 1: 10 000, 5 meter ekvidistanse, utgitt 2018. Kartet er synfart i 2017 og 2018 av Helge Gisholt. Kartet er tegnet etter ISOM 2017.

Postbeskrivelser er trykket på kartet.

Terrengbeskrivelse: Terrenget kan beskrives som relativt lettløpt og småkupert skogsterreng med noe innslag av store myrer og med noen tettere områder. Få stier.

Prosedyre for tidtaking:

Tidtaking blir gjort med emiTag og stemplingskontroll med Emit-brikke i alle NM-øvelsene.

Før start:

Utdeling av GPS-enheter/-vester til forhåndsbestemte lag skjer i eget telt ved inngangen til vekslingsfeltet. Løpere som leier emiTag kun for stafetten får disse også utdelt her. De andre løper med egne, evt. leide emiTag utdelt tidligere under NM.

Løperne er selv ansvarlig for å ta backuplapp og nulle Emit-brikke ved inngang til vekslingsfelt.

1. etappe:

Startområdet åpner 3 minutter før respektive start. Husk å nulle Emit-brikka ved inngang til vekslingsfeltet. 110 meter til startpost.

Veksling:

Ved veksling passeres mål. Det er viktig at man tar slusen til venstre merket «veksling/mål». Etter målstreken leveres kartet til funksjonær, og løper fortsetter til kartplanken hvor neste etappes kart henger. Damekartene på venstre side og herrekartene på høyre side. Det er både inngående og utgående løpers ansvar å sjekke at de tar/får riktig kart. Hvis en løper gjennomfører etappen sin med feil kart, vil laget bli diskvalifisert. Det er 280 meter til startpost.





PM Stafett 16/9-2018



Etter veksling følger inngående løper slusen til venstre rundt kartplanken til avlesing av brikke for postkontroll og innsamling av GPS og leid brikke/emiTag. Ved avvik anvises løperne til rød sone.

Husk å nulle brikke ved inngang til vekslingsområde.

Meldeposter:

Det er flere meldeposter i alle løyper.

Passering av arena:

Alle etapper passerer samlingsplass. Ved passering samlingsplass stempler man på passeringsposten og følger slusen til høyre merket «passering» gjennom arena til merkingen opphører.

Målgang:

Følg merket løype/sluse fra sistepost til mål. Ta venstre sluse merket «veksling/mål». På målstreken registreres løpstiden ved passering av fotocelle. Følg slusen videre for postkontroll og innsamling av kart, GPS og leid emiTag.

Lag som disktes på 1. etappe og 2. etappe:

Lag som disktes på første etappe stoppes ved siste veksling og henvises til omstart. Lag som blir disket på andre etappe, og er innenfor premieplass, vil bli stoppet ved arenapassering på siste etappe og får ikke fullføre stafetten. Husk å sjekke koder!

Fellesstart:

Informasjon om fellesstart for lag som ikke har vekslet vil bli gitt over speaker.

Nedjogging etter målgang:

Dette kan skje på og rundt arena.

Premieutdeling:

Stafetten har premieutdeling på arena.

Dusj:

Det er mulig å dusje i Vegårsheimhallen mellom kl 12:30 til kl 15:00.

Jury:

Leif Størmer, Fossum IF
Turid Ødegård, OL Tønsberg og omegn
Lars Erik Strømsnes, Malvik IL



Arenaskisse:

1. Toalett
2. Førstehjelp
3. Sport-8
4. Kiosk
5. Info/Presse
6. Parkering
7. Mål
8. Fra sistepost
9. Til startpunkt
10. Lagstelt
11. Publikum
12. Storskjerm
13. Speakertårn
14. Startpunkt etter passering
15. Kartplanke
16. Veksling

