



2014 PEEMM

For 38. gang!
o-sportens og vårens
vakreste sang.

Bak gjerdet på Vinterbro
barnehage - er
samlingsplass
I nord finnes SMÅTROLL
- i huset er dass.
Endring av mannskap – på
lappen **før halv 12** da
Til bordet der lagsposen
kom fra.
Samtidig endre brikke
men helst ikke (bytt heller
i laget).
Sett deg ned og skriv på
back-up-lapp
brikkenummer,
startnummer og etapp'

Ingen startpost – veivalgs-
o og det med en gang!
Bruk tanke-evne før og
framfor fysisk gampe-
trang!
Starten skjer med kvist-
knekk, med smell og med
dunder
Klasser, løyper, starttid er
angitt under:

D/H 10-12 1 x 2,1 km
Kart i lagspåsan! (IKKE
FORBYTT MED 2.etp
D/H11-16).

Felles vandring til start
start kl. 11.50, start kl
12.00. Voksne
støttekontakter kan
være med. Voksne som
sjøl skal løpe seinere
hopper av før vegen
forlates før 4. post.

D17 (1 pr) 3 x 5,3 km
start 12.30
D120 (1 pr) 3 x 3,7 km
start 12.30
D150 (1 pr) 3 x 3,3 km
start 12.30
H17 (3 pr) 3 x 6,5 km
start 12.30
H130 (3 pr) 3 x 5,3 km
start 12.30
H170 (1 pr) 3 x 3,7 km
start 12.30

D/H 11-16 (7 premier)

1. etappe: 3,4 km, gafla
start
12.30
2. etappe: 2,3 km, ugafla,
inntil 4 løpere. Kart i
lagspåsan!
(1. etp.-løper veksler
med «høy-fem» over
gjerdet med en på 2.
etp; andre løpere på
2.etp. løper ut sammen
med denne løperen).
3. etappe: 3,4 km, gafla.
(Hvis 2 løpere skal ut på
3dje – husk
å rive ned 2 kart!)
4. etappe: 4,8 km, gafla

Jenter på minst to av
etappene! Hvis 2. eller 3.
etappen skal regnes som
en av de to "jente-
etappene" er klubben
ansvarlig for at ei jente
stempler først i mål og
veksler videre til neste
etappe for laget.
(Lagleder må stå etter
siste post og stoppe over-
kjappe gutter til "veksle-
jenta" kommer). Ingen
jukser!

Kartet: Svartskog sør;
1:10.000, 2013 og rätt
godt
5 meter ekvidistanse har
det fått.
Noen få nye tråkk
Og enda fler trær i bakken
har gått

Terrenget er kupert med
nok av vei og sti
Her er bare gammalskau
(Hkl V), bra bunn og mye
li.
Nesten ikke grønt, men
over vindfall går det sent.
Grønne ||||-streker på
kartet (også på sti) er
alvorlig ment.

I hager (gulgrønn farge)
løper bare "sleipe fisk".
Det lønner seg ikke- og
(uansett rødskravering) det
blir DISK!

Bruk hodet ved løping på-
og kryssing av vei
Stopp for bil og sykkel –
de stopp'r ikke for deg!

Passering tett ved samling:
to poster igjen:
Trangt og svinget oppløp -
krever sitt av passeringen.

Lavvo-telt før nest siste
post – stå'kke på kartet
For svarte.

Fra siste post –hold travet
rent!
Kartet levéres – pent!
Stemple i MÅL. Jogg dit
karta er slått opp.
Ta riktig kart - det er ditt
ansvar: ROTEKOPP !
Levér kartet over
vekslingsgjerde
til nestemann som løper
som om ... var på ferde,
men som først har
NULLA BRIKKA – Ikke
tull!
Vi gjentar: **HUSK Å**
NULL!! (nullebukk ved
veksling)

Etter å ha veksla (og gått i
mål) – og **dette er viktig**



**Fortsett til brikke-
avlesing** så blir tida riktig.

For den som leste dette,
men skjønte ingenting,
så har vi klokka 12.05
eksempelveksling.

Når allting er over, og
svetten har klaka,
og føttene sover, og du har
spist kaka,
da samles vi om o-livets
mest klassiske verdier:
Kvistkvas-trofeer for de
med beste ti'er:
Kvistkvas-lue i nytt design
er premien
og lueælj til nummer én
igjen.

Vi ønsker av vårt kondis-
digre hjerte
En dag med spenning, fart
og kroppslig smerte.
Og om du blei litt stiv i
bakken – husk at neste vår.
Så møtes vi til revansj' når
kvist-knekk-starten går.

Resultatliste finner du
visstnok lett
på denne adressa på
Internet:

<http://orientering.asil.no/>

Startliste pr 29/4

DH10-12

400	Christine Kure	441	Gustav Andresen Skotte
	Ås-NMBU Orientering		Fossum IF
401	Karoline Kvarme Gangnæs	442	Marius Bakke
	Ås-NMBU Orientering		Fossum IF
402	Magnus Kvarme Gangnæs	443	Jonas Myhr
	Ås-NMBU Orientering		Asker Skiklubb
403	Tiril Lilleheier	444	Emil Ruud Fosshheim
	Ås-NMBU Orientering		Asker Skiklubb
404	Erlend Tveite	445	Sondre Ytterbø
	Ås-NMBU Orientering		Asker Skiklubb
405	Marie Kvarme	446	Felix Finsrud
	Røyken OL		Asker Skiklubb
406	Nora Christine Hansen		
	Røyken OL		
407	Ola Kjølstad		
	Røyken OL		
408	Mina Akiko Horni-Johnsen		
	Røyken OL		
409	Anselm Reichenbach		
	Oppsal Orientering		
410	Birk Thorstensen		
	Oppsal Orientering		
411	Jonas Krogh		
	Oppsal Orientering		
412	Marius E. Aamodt		
	Oppsal Orientering		
413	Lars Sigurd Baugstø Rødnes		
	Oppsal Orientering		
414	Amélie Aamodt		
	Oppsal Orientering		
415	Sondre Engebretsen		
	OK Moss		
416	Alfred Bjørnerød		
	OK Moss		
417	Teodor Mo Hjelseth		
	Nydalens SK		
418	Maja Mo Hjelseth		
	Nydalens SK		
419	Axel Aalde		
	Nydalens SK		
420	Rolf Andreas Berg		
	Nydalens SK		
421	Tiril Elisabeth Eggen		
	Nydalens SK		
422	Oda Sørli		
	Nydalens SK		
423	Martin Flatemo		
	Nydalens SK		
424	Mari Eggen		
	Nydalens SK		
425	Oda Scheele		
	Nydalens SK		
426	Theresa Fürstenberg		
	Nydalens SK		
427	Aurora Wilkens Jernberg		
	Nydalens SK		
428	Joakim Wilkens Jernberg		
	Nydalens SK		
429	Eirik Sørli		
	Nydalens SK		
430	Fanny Staff Valstad		
	Nittedal OL		
431	Andreas Gjetanger		
	Måren OK		
432	Theo Winsents Sæter		
	Måren OK		
433	Eileen Bjanes		
	IL Tyrving		
434	Mille Baastad Berg		
	IL Tyrving		
435	Vida Helland-Hansen		
	IL Tyrving		
436	Christian Fredrik Borg		
	IL Koll		
437	Martin Christoffer Borg		
	IL Koll		
438	Balder Gammelli-Messel		
	IL Koll		
439	Mikkel Katla		
	Fossum IF		
440	Birk F. Sætнан		
	Fossum IF		

D150

1	Måren OK
2	Lierbygda OL

D 120

30	Røyken OL
31	Nittedal OL

D 17

60	Østmarka OK 1
61	Sarpsborg OL 1
62	Sarpsborg OL / NTNUI 2
63	Oslostudentenes IK 2
64	Oslostudentenes IK 1
65	Nittedal OL 1
66	Kongsberg OL 1
67	IL Tyrving 1
68	Asker Skiklubb 1
69	Raumar

DH 11-16

130	Østmarka OK2
131	Østmarka OK 1
132	Sarpsborg OL/Varteig OL 1
133	Oppsal Orientering 1
134	OK Moss 1
135	Nittedal OL 1
136	Indre Østfold OK 1
137	IL Tyrving 2
138	IL Tyrving 1
139	Heming Orientering 1
140	Halden SK 3
141	Halden SK 2
142	Halden SK 1
143	Fossum IF 5
144	Fossum IF 4
145	Fossum IF 3
146	Fossum IF 2
147	Fossum IF 1
148	Asker Skiklubb 4
149	Asker Skiklubb 3
150	Asker Skiklubb 2
151	Asker Skiklubb 1
152	Ås-NMBU/Kolbotn

H 130

220	Østmarka OK 2
221	Østmarka OK 1
222	Vålerengens IF 1
223	OK Moss 2
224	OK Moss 1
225	Måren OK/Sandefjord OK 1
226	Lierbygda OL 1
227	Kolbotn og Skimt OL 1
228	Indre Østfold OK 2
229	Indre Østfold OK 1
230	IL Tyrving 2
231	IL Tyrving 1
232	Halden SK 1
233	Fossum IF 2
234	Fossum IF 1
235	Asker Skiklubb 1
236	Tyrving 3

H 170

300	Vestre Akers SK 1
301	Røyken OL 1
302	Oslostudentenes IK 1
303	Notodden OL 2
304	Notodden OL 1
305	Måren OK 1
306	Kolbotn og Skimt OL

H 17

570	Raumar
572	Lutelaget
588	Fredrikstad SK
589	Ås-NMBU Orientering 3
590	Ås-NMBU Orientering 2
591	Ås-NMBU Orientering 1
593	Raumar Orientering 1
594	Oppsal Orientering 2
595	Oppsal Orientering 1
596	OK Moss 1
597	Nydalens SK 1
600	NTNUI 3
619	Nittedal OL 1
663	Konnerud IL 1
664	Kongsberg OL 1
665	Kongsberg OL / Asker Skiklubb
692	IL Tyrving 1
698	Heming Orientering 1
838	Bø OL 1