



30. juni – 3. juli 2016
Ved verdensarvstedet Røros

PM – Mellomdistanse løp 2 – 1. juli

Sommerløpene i Nord-Østerdal 2016

Velkommen! Røros IL - Orientering ønsker velkommen til mellomdistanse i Vola ovenfor Røros sentrum – fredag 1. juli fra kl. 16.30.

Løpsarena - Parkering

Løpsarena er ved Røros Hotell, ca 800 meter ovenfor Røros sentrum.

Parkering er ved Røros skole. Merk at det ikke er anledning til å parkere ved Røros Hotell for andre enn hotellgjester.

Sørfra: Det er merket til parkering fra rundkjøringen ved innkjøringen til Røros for de som kommer sørfra på FV30. **Østfra:** Det er merket til parkering fra Hittersjøen for de som kommer via FV31 fra øst. **Nordfra:** For de som kommer nordfra er det merket til parkering fra Bersvensåsen i krysset FV30/FV31.

Det er ca 600 meter å gå i motbakke fra parkering til Røros Hotell.

Parkeringsavgift er kr 30 pr. pr. dag, kr 50 for 2 dager.

Løpskontor/lagsposer: Lagsposer deles ut fra løpskontoret. Lagsposene inneholder PM, kart for nybegynnerne, startnummer og startlister pr. lag/klubb.

Påmelding i direkteklassene (kun de) skjer på løpskontoret. Skjema fylles ut.

Kart: Vola – Røros, 2013, revidert i løypetraséene 2016.

Målestokk 1:10000 i de fire lengste løypene, 1:7500 i øvrige løyper. Ekvidistanse 5 meter.

Løpere i alle N-klassene, D/H-10, D/H11-12 og D/H13-16C får utlevert kartet i lagsposene. Løpere i andre klasser tar kartet i startøyeblikket.

Løyper:

Løypenr.	Klasser	Løypelengde	Nivå	Målestokk
1	H21, H19-20, H40	5,4 km	A	1:10 000
2	D21, H17-18, H45	4,9 km	A	1:10 000
3	D17-18, D19-20, H15-16, H50	4,4 km	A	1:10 000
4	D15-16, D40, H55, Direkte A	4,1 km	A	1:10 000
5	D45, D50, D55, H60, H65	3,3 km	A	1:7 500
6	D60, D65, D70, D75, D80, H70, H75, H80	2,9 km	A	1:7 500
7	D13-14, H13-14, Direkte B	3,0 km	B	1:7 500
8	D11-12, H11-12, D13-16C, H13-16C, D17-C, H17-C	2,2 km	C	1:7 500
9	D-10, H-10, D11-12N, H11-12N, D13-16N, H13-16N	1,8 km	N	1:7 500
10	N-åpen	1,5 km	N	1:7 500

Terrenget i Vola

- Vola består av middels kupering, og relativt åpent terreng. Vegetasjonen består av fjellbjørkeskog og noe furuskog. I nedre del av terrenget er det både bolighus og en del hytter.
- Området er et mye brukt utfartsområde, og noen nyere stier er ikke inntegnet på kartet.
- Terrenget innbyr til stor fart.
- Mørkegrønt-merkede områder (plener mv.) er forbudt område.
- Svartprikkede gule områder (jorder) er forbudt område.
- Trafikk: NB: Det er IKKE satt ut trafikkvakter ved kryssing i gangfelt av FV31 i slutten av løypene. Løperne må selv ta nødvendig hensyn til trafikken.

Start

Det er ca 1 km til start. Det er merket nord-vestover til start, ovenfor Røros Hotell, med røde/hvite bånd.

Oppvarming

Oppvarming er kun tillatt langs merket løype til start (vis god sportsånd).

Postbeskrivelser

Det er IOF-symboler trykket på kartene. N-løyper har i tillegg postbeskrivelser i norsk klartekst. I tillegg er det selvbetjening av løse postbeskrivelser i startbåsene.

Løperbrikker

Det benyttes EMIT løperbrikker. Løpere bes sjekke at brikkenummer stemmer med startlista.

Hovedsamarbeidspartnere:

RØROS SPORT AS
Tlf: 72 41 12 18



Røros E-verk



Røros Banken



REMA 1000



Arbeidets Rett
retten.no



Infonett Røros

Leiebrikker

Det er et begrenset tilbud om leie av EMIT-brikker. Klubbene bes ta med eventuelt ekstra EMIT-brikker. Leie av brikke koster kr 50 pr. løp. Løpere som er påmeldt flere løp og benytter leiebrikke, beholder denne til neste løp. Øvrige leiebrikker leveres til sekretariatet etter målgang. Ikke tilbakelevert leiebrikke faktureres med kr 600.

Backup-lapper

Det er selvbetjening av backup-lapper for Emit-brikker ved start.

Startnummer

Alle løpere skal løpe med startnummer. Startnumrene ligger i lagsposene.

Det er ikke sikkerhetsnåler i lagsposene. Løperne anmodes om å ta med egne sikkerhetsnåler. Det vil være sikkerhetsnåler å få på løpskontoret.

Startordning:

Alle har samme startsted.

Det er fristart fra kl. 17.00 for N-åpen.

Det er fristart fra kl. 18.00-19.30 for de to direkteklassene.

Første ordinære tidsstart er kl. 18.00

Startlister blir publisert på Eventor torsdag kveld.

Startlister blir hengt opp løpsarena og startlister pr. lag/klubb finnes i lagsposene.

Bås 1: 3 minutter før start. EMIT-brikkenummer blir kontrollert.

Bås 2: 2 minutter før start. Selvbetjening av løse postbeskrivelser.

Bås 3: Startbås 1 minutt før start. Brikke legges på startbukk 5 sekunder før tidsstart. Kartet tas i startøyeblikket.

Startpost: Det er Ingen startpost. Startpunkt på kartet er faktisk startpunkt.

Målgang: Det er merket sluse/trasé fra siste post til målplassering. Løperne stempler ved målplassering på målbukk plassert ved mållinjen.

Etter stempling på målbukken må løper innom tidtakerne, for brikkeavlesning og for utskrift av Emit-kvittering med strektider.

Resultatlist: Resultatene blir fortløpende oppdatert på Eventor. Resultatlist blir hengt opp løpende på løpsarena.

Premiering: Alle til og med 12 år får premie. Løperen henter selv premie ved bord ved utgangen av målslusen. Klassevinnerne i klassen fra DH40 og oppover henter selv premien ved premiebordet når alle i klassen er i mål. Premiering i øvrige klasser skjer umiddelbart etter løpet og gjennomføres ved opprop via speaker.

Direkteløyper og N-åpen

Påmelding i direkteløyper og N-åpen på løpskontor. Forhåndspåmeldte løpere i Direkte A, Direkte B og N-åpen møter direkte ved start. Disse løypene har samme start som øvrige løyper. Løpere velger fritt starttidspunkt, kl 17-19 i N-åpen og kl 18-19 i Direkte A og B.

Småttroll: Det er tilbud om både barneparkering og småttroll fra løpsarena (rødt telt). Alle småttroll får premie. Startkontingent kr 30 betales kontant ved oppmøte/påmelding.

Toaletter: Det er toalettvogn nord på løpsarena. I tillegg er det toalett ved start. Det er ikke mulighet til å benytte toalettene i Røros Hotell.

Vask: Våtklutmetoden benyttes.

Røros Hotell har nytt flott badeanlegg. Billetter må løses i resepsjonen i Røros Hotell.

Servering: Vann etter innkomst til alle. Salg av kaffe, mineralvann, kaker, pølser og hamburgere i serveringsteltet. Betaling kontant eller med debetkort (NB: Ikke kredittkort).

Salg av o-utstyr: Runes o-utstyr har salgstelt på løpsarena alle dager.

Startkontingent: Startkontingent til norske klubber faktureres etter løpet. Løpere fra utenlandske klubber må betale kontant i NOK ved utlevering av lagsposen.

Løpsledelse:

Løpsleder: Petter Gullikstad, mobiltlf. 928 39 297, e-post petgul1@hotmail.no

Løypelegger: Hans Arild Skjevdal.

Tidtakeransvarlig: Stig Moen, e-post stig.moen@roros.net

Speaker: Eivind Langseth

Kontrollører: Vidar Aunøien og Magne Idar Evenås fra OK Fjell.

SJEKK POSTKODER OG LYKKE TIL!

VÅRE SAMARBEIDSPARTNERE



Hovedsamarbeidspartnere:

RØROS SPORT AS
Tlf: 72 41 12 18



Røros E-verk

RørosBanken
siden 1842

REMA 1000
RØROS

Arbeidets Rett
retten.no



Infonett Røros