



## PM - KM stafett for Buskerud 2016 – Gamlegrendåsen Skole 4. September

### SAMLINGSPLASS/PARKERING

Samlingsplass ved Gamlegrendåsen skole i Kongsberg. GPS 59.651309, 9.664063. Merking fra kryss E134 /RV40 midt i Kongsberg. Parkering i skolegård rett ved samlingsplass.

### LAGPOSER

Inneholder startnummer til stafett, klubbstartlister og nybegynnerkart. Startlister og PM finner dere på oppslag og på nett. Kart til stafettløpere i D/H 11-12, og til løpere i D/H 13-16N, D/H 11-12N og N-åpen, ligger i lagsposen.

### LØYPER og TERRENG:

Typisk stirkirkt nærterreng, med småkupert furuskog. Her blir det en annen fart enn på KM langdistanse.

### KART og MÅLESTOKK

Utsnitt av Gamlegrendåsen kartbase. I klasser D/H17, DirA og DirC er målestokk 1:10000. Alle andre har 1:7500. Kart og løyper er laserprintet på Teslin plastpapir og er derfor uten plastlomme.

### DIREKTE LØYPER

Etteranmelding på dagen i individuelle klasser så lenge vi har kart. Påmelding i Infokiosk. Startavgift 130 kr for voksne / 70 kr under 17 år / 50 kr for N-åpen.

|                 | Nivå | Lengde |
|-----------------|------|--------|
| Direkte A       | A    | 5      |
| Direkte B       | B    | 3.5    |
| Direkte C       | C    | 4      |
| DH10            | C    | 2      |
| DH13-16N        | N    | 3      |
| N-åpen, H11-12N | N    | 2      |

Fri start kl.11.00-12.30.

DH10 har blitt tildelt starttider, mest av alt for at vi skal kunne vite når vi kan ha premieutdeling. Hvis man ønsker tidligere eller seinere starttid, kan vi gjerne endre denne. Henvend dere da i Infokiosk.

Følg Rød /Hvite merkebånd til start. 200 m å gå langs lysløype. 3 minutter startprosedyre.

### START for STAFETT

Stafett gjennomføres over 3 etapper for D/H17 og D/H150, og over 2 etapper for øvrige klasser. I alle klasser er det kun en løper per etappe.

| Start fra arena. |           | Startnummer |
|------------------|-----------|-------------|
| H17              | kl. 11:00 | 48-59       |
| D17              | kl. 11:00 | 60-73       |
| H150             | kl. 11:10 | 74-81       |
| D150             | kl. 11:10 | 90-99       |
| HV130            | kl. 11:10 | 85-89       |

|        |           |       |
|--------|-----------|-------|
| DV130  | kl. 11:10 | 82-84 |
| H13-16 | kl. 11:20 | 16-29 |
| D13-16 | kl. 11:30 | 30-47 |
| H11-12 | kl. 11:30 | 1-9   |
| D11-12 | kl. 11:30 | 10-15 |

### START, VEKSLING og MÅL for STAFETT

Alle stafettløpere skal ha startnummer, og alle er like med hvit bakgrunn.

Løpere i D/H11-12 får utdelt kart i lagspose før start, både for første og andre etappe.

Veksling foregår over kartplank, for de fleste med overlevering av nytt kart. Målbukk er plassert før veksling.

Vi vil praktisere en ganske rask omstart på siste etappe, 15 minutt etter ledende lag har gått ut.

Vinnende lag er de som kommer først til mål etter 3/2 etapper. Ved spurtoppgjør er det stempling på målbukk som markerer målstreken, og det blir avgjort av måldommere hvem som er først.

Sjekk at brikkenummer stemmer med startliste før du går til start. Hvis feil skal dette rettes opp i infokiosk før løp.

- 0-bukker for 1. etappe vil stå i startområde.
- Stempling på målbukk før veksling
- 0-bukker for 2. og 3. etappe vil stå ved inngang til vekslingsfelt.
- Husk å null, ellers blir det tull!

### MÅL

Tiden tas ved målstempling. Dersom det viser seg at brikken er død ved avlesing eller at det er ukorrekt(e) stempling(er), henvises du til rød sone ved INFO-kiosken. (Da er det lurt å ha backup-lapp.)

### SMÅTROLL

Småttroll har eget startsted på samlingsplass. Løypa er merket og deltakelse koster kr 30,-. Start 11-14.

### SERVERING – SALG

Det vil være enkel kiosk og grill på arena. Kiosk tar ikke kort, kun kontanter.

### TOALETT og DUSJ

Toalett, garderobe og dusj inne på gymsal rett ved samlingsplass. Forbudt med o-sko inne!

### PREMIER

Medaljer i alle KM-klasser (D/H 13-16 og D/H 17). For øvrig premiering iht NOF sine retningslinjer.

Premiene i klassene t.o.m. 10 år hentes av løperne selv i premieteltet. Premiering i de øvrige klassene foretas når resultatene er klare.

Løpsleder: Odd Strand, tlf. 9826 3337

Løypelegger: Mathias Drage

Kontrollør: Therese Haare, Konnerud IL

### VELKOMMEN