PM

Sandefjord Christmas Cityrace onsdag 14. desember 2016

Arena	Byparken i Sandefjord sentrum. Anbefalt parkering er på Tivolitomta rett ved Hvalfangstmonumentet. For de som kommer langs sjøen fra Fv.303, kjør ¾ runde i rundkjøringa ved Hvalfangsmonumentet, slik at dere kjører nordover, og deretter første til høyre. Parkeringsavgift. Følg Jernbanealleen (bred gate rett nordover fra Hvalfangstmonumentet) ca 450m til arena.
Start	Start ved arenaens sydøstre hjørne. Merket til startpost 70 m etter start. Startpost er markert på kartet med starttrekant og med postskjerm. Løse postbeskrivelser ved start, men også printet på kartet. Første start kl.1830, rekruttene kan starte fra kl.1745. Startlister på nettet fra tirsdag kveld.
Kart	Utsnitt av "Sprintkart Sandefjord". Målestokk 1:4000. Ekvidistanse 2m. Ajourført 2016. Tegnet etter IOFs sprintnorm (ISSOM). Spesielle detaljer:  Store lekeapparater, informasjonstavler, faste benker (karttegn 540, sort kryss)  Store og særegne trær, provisoriske juletrær (karttegn 418, grønn sirkel)  Normale trær, småbusker (karttegn 419, grønn prikk)  Spesielle vegetasjonsdetaljer, blomsterkasser (karttegn 420, grønt kryss)
Løpsområde	Løpsområdet består av næringsområder, byområder, boligområder, nærskogområder, parkanlegg og områder for ulike offentlige formål. Løpsunderlaget vil for det meste være fast dekke (asfalt/grus), med innslag av gress og skogbunn uten undervegetasjon.

Klasser/løyper

Løype	Klasse	Lengde (m)	Stigning (m)	Ant poster
1	D-Lang H-Lang	7730	230	36
2	D-Mellom H-Mellom	5370	165	22
3	D-Kort H-Kort	3520	85	18
4	C-Åpen	2930	70	16
5	N-Åpen	1920	40	14

Som dere ser er det mange poster. Det gjelder å være nøyaktig med kartlesningen, slik at man får med seg alle postene. Det er lagt opp til at man mesteparten av tiden skal være beskjeftiget rent o-teknisk, og unngå for mye "dead running". Dessuten er det ikke dumt å lese postbeskrivelsen nøye på noen av postene....
Postene er markert på vanlig måte med refleks og/eller postskjerm, og stemplingsenhet på stativ eller hengende fra en snor avhengig av hva som er mest praktisk på stedet. Koden er skrevet på både forsiden og baksiden på de som henger i en snor.
Anbefalt fottøy er joggesko, men sko med pigg kan vurderes om det fryser på.

Forbudte områder

 Blomsterbed o.l (karttegn 421, mørkegrønn flate)

 All privat eiendom (karttegn 527.1, olivengrønn flate)

 Hus (karttegn 526.1, mørkegrå flate)

 Trafikkområder (karttegn 709, rødlilla vertikal skravur)

I tillegg minner vi om at det ikke er tillatt å krysse de barrierer som på kartet er gjengitt med tykke, svarte streker (stup, murer, gjerder) eller grønn, tykk strek (upasserbar hekk).
Områder merket med heldekkende rosa farge er også forbudte områder. Dette er for det meste bygge- og anleggsplasser.

Kartbytte

De to lengste løypene har kartbytte, og det foregår ved at kartet snus når man kommer til 5.post (mellomlang) og 11.post (lang).
Ved henholdsvis 15. og 26.post snus kartet tilbake igjen til det kartet dere startet med. Her finner dere resten av løypa.

Trafikk/sikkerhet

Deltagerne ferdes i løpsområdet på eget ansvar. Det vil være noe biltrafikk i området, vis aktsomhet, spesielt ved kryssing av veger/gater, på parkeringsplasser og rundt hjørner.
Gater/veger med en viss grad av trafikk er markert som forbudt område med rødskravur. Kryssing skal foregå på kartet markerte krysningspunkter, markert med røde klammer på kartet (motsatte parenteser). Dette er fotgjengeroverganger. Alle løypene vil krysse en slik gate kort etter start, og dessuten krysse denne på slutten igjen. N-løypa har en post i umiddelbar nærhet av fotgjengerfelt.
Det er tillatt å løpe på fortau/gangveger langs gater som er markert med rødskravur.

Det er et absolutt påbud med refleksvest og hodelykt.

Publikumspost
Alle løypene passerer en post i arenaens nordøstre hjørne mot slutten av løpet.

Toaletter
Offentlige toaletter på Torvet og inne på kjøpesenteret Hvaltorvet 300m fra arena. Betalingsautomat.

Etter løpet….
…bør dere besøke kafeen «Bare Beppe», som ligger ved arenaen. De har utvidet åpningstid på grunn av SCCR. Kos dere med kaffe og en kake etter endt dyst.
Men husk: Kafeen er et spisested, ikke garderobe. O-løpere er friluftsmennesker og skifter ute ☺

Premiering
Smakfulle premier til de tre beste i kort-, mellom- og lang-klassene. Julesmågodt ved mål til deltagere i Åpen-klassene.