



**ÅRSTAD ILs O-gruppe innbyr til
nærløp i ORIENTERING
POKALKAMP løp nr. 3 / 2017 i Bergensregionen
tirsdag 23. mai 2017**

ARENA

Varden Idrettspark Fyllingsdalen, merket fra rundkjøringen Fyllingsdalsveien (540) / Allestadveien (282). Ingen barneparkering. Ingen garderobe eller toaletter.

PARKERING:

Ved arena, vennligst følg anvisning fra parkeringsvakter.


Det er begrenset med parkering, så det oppfordres til å sykle, reise kollektivt eller kjøre kompis! Buss fra Åsane/sentrum: linje 4 Hesjaholtet til Allestadveien. Ring info nr. 177.

KART

Utsnitt av Kanadaskogen, utgitt 2013, justeringer 2016/17, målestokk 1:7.500, ekvidistanse 5 m. N-løyper målestokk 1:2.500

TERRENG

Vanlig småkupert Bergensterrang. Alle løypene går i område med mange stier.

Forbudte områder: Alle fotballbanene og hager (karttegn  Bebyggelse)

LØYPER / KLASSER

Nybegynnersløyper	3 á ca 0,5 km: D/H-10N, D11-12N, H11-12N, D13-16N, H13-16N, Åpen N
C-løype	ca 1,7 km: D-10, H-10, D11-13, H11-13, Åpen C
B-løype	ca 2,6 km: H12-14, D12-16, D50-, D65-, Åpen B
A-kort løype	ca 3,7 km: H15-16, D17-, H50-, H65-, Åpen AK
A-lang løype	ca 4,4 km: H17-, D19-

Åpen N er for løpere/ledsagere over 16 år, Åpen C er for løpere/ledsagere over 13 år.
I C-løypa kan evt. ledsager «skygge», men skal ikke hjelpe barna til mange poeng.

START OG UTLIVERING AV KART

Fleksi-start mellom kl. 17:30 og 18:30. 5 minutter å gå til start. N-sløyfer starter ved arena
Løse postbeskrivelser for A- og B-løypene ved start, postbeskrivelsene finnes også på kartet.
Kart til A-løypene tas i startøyeblikket. Kart til B-løypen tas 1 minutt før start.
Kart i N- og C-løypene utleveres på arena.

STEMPLINGSSYSTEM

EMIT. Brikker til leie for kr. 25.-.

STARTKONTINGENT OG PREMIERING

D17-, H17-, D19, D50-, H50-, D65-, H65-: kr. 75,-

Øvrige klasser: kr. 30,-

Ingen premiering, men sammenlagtpremiering iht [regionens regelverk](#) etter sesongslutt.

PÅMELDING

Forhåndspåmelding via Eventor innen mandag 21. mai kl. 23:59:

Forhåndspåmeld deg hvis du tror du skal delta, det sendes kun faktura for faktisk startende.

Etterpåmelding på arena løpsdag er mulig, men vil kunne medføre ventetid. Vær tidlig ute!

LØPSLEDER

Olav Lønne, 900 95 635, ollonne@broadpark.no

LØYPELEGGER

Olav Thornes

KONTROLLØR

Jan Haugland

VEL MØTT!