



INNBYDELSE TIL

KRETSMESTERSKAP – LANGDISTANSE AAOK/VAOK

SØNDAG 17. SEPTEMBER 2017

Samlingsplass: Øynastua, Øynaheia. Merket fra FV 42 v/Mjåvatn.

Parkering: Ved samlingsplass.

Start: KM klasser: Første start kl.13:00. Startlister vil bli trukket på forhånd i KM klassene.
Nybegynner klasser: Fri start fra kl.13:00.
Øvrige klasser: Fri start etter at KM klassene er ferdig startet.

Ca.5 minutter å gå til start.

Alle løpere t.o.m. 12 år og eldre N-løpere får kartet på samlingsplass. Øvrige løpere får kartet utlevert i startøyeblikket.

Kart: Øynaheia sør. Målestokk 1:10.000, ekv 5 m, utgitt 2008, delvis revidert 2015.

Terrang: Middels kupert terreng med mye myrer og gjennomgående god løpbarhet.

Løyper/klasser – KM klasser uthevet:

Løyper:	Klasser:	Nivå:	Løypelengde:
Løype 1	H21	A	8,1 km
Løype 2	H17-18, H19-20 , H35, D21	A	6,4 km
Løype 3	H15-16 , H17AK, H45, D17-18, D19-20 , D35	A	4,7 km
Løype 4	D15-16 , D17AK, D45, H55, H65	A	3,5 km
Løype 5	H13-14 , H17B, H75, D13-14 , D17B, D55, D65, D75	B	3,0 km
Løype 6	H11-12, H13-16C, H17C, D11-12, D13-16C, D17C	C	2,4 km
Løype 7	H11-12N, H13-16N, H17N, D11-12N, D13-16N, D17N, N-åpen	N	1,7 km

Det tas forbehold om justering av løypelengder og klasser. Ved lav påmelding kan klasser bli slått sammen.

Småttroll: Fra samlingsplass. Kr. 20,-. Påmelding ved samlingsplass. Enkel premiering til alle.

Påmelding: Ordinær påmelding via <http://eventor.orientering.no/Events/Show/8608> innen onsdag 13 september kl.23:59.
Etteranmelding i Eventor innen fredag 15 september kl.23:59.
Etteranmelding på arena frem til kl.12:00 på løpsdagen. (forbehold om nok kart).

Startkontingent: T.o.m 16 år: Ordinær påmelding Kr.80.
F.o.m 17 år: Ordinær påmelding kr.140.
Etteranmelding i Eventor: 50% tilleggsavgift for alle over 12 år.
Etteranmelding på løpsdagen: 100% tilleggsavgift for alle over 12 år.
Brikkeleie kr 20. Gratis for nybegynnere.

Tidtaking: EKT – Emit. Løse postbeskrivelser ved start.

Premiering: KM-medaljer i H/D13-14, H/D15-16, H/D17-18, H/D19-20 og H/D 21.
Premie til alle løpere t.o.m. 12 år.

Kiosk: Brus, kaffe, kaker m.m.

Toalett: Toalett på Øynastua

Vask: Mulighet for dusj på Øynastua, evt våtklut

Løypeleggere: Arnulf Forsberg

Løypekontrollør: Helge Christensen

Jury: Oppnevnes av AAOKs kretsstyre

Løpsleder: Marianne Hauge, mobil 959 40769