




PM Nammo CUP 2018

Strand Unikorn

SPORT & NO

Elverum OK og Mjøs-O ønsker velkommen til andre løp i Nammo-cup 2018.
Mellomdistanse på Terningmoen onsdag 23. mai kl. 18:00.

| | | | |
|-----------------------------------|--|--------------------|----------------------|
| Samlingsplass og parkering | Samlingsplass er ved Terningen barnehage. Følg merking fra rundkjøring Rv 25/3 ved Terningen arena. | | |
| Start | Fellesstart for alle klasser unntatt N-åpen. (Ca. 200m til start) N-åpen løpere har fristart og kan starte fra 17:45. | | |
| Trøyeceremoni | Trøyeceremoni kl. 17:30 på arenaen. | | |
| Kart | Utsnitt av kartet TERNINGMOEN. Revidert 2018. Målestokk 1 : 5000. Ekvidistanse 2,5 m. Kartet er i sprintnorm. Det er militær aktivitet i området, og det graves ofte nye groper og skyttergraver. Nye groper og skyttergraver, og noen kan mangle på løpskartet. Kartene til N- og C-åpen og D/H 11-12 ligger i lagsposen. N-åpen-løypa blir også lagt ut på Eventor, slik at foreldre og eldre i klubben kan gjennomgå løypa med løperne 😊 | | |
| Terreng | Lettløpt detaljrikt terreng, med mange kjøreveier og groper. Hovedsakelig furumo. Forsvaret har også en del av sine egne poster plassert i terrenget. Det kan forekomme militært personell, men de skyter bare med løskrutt. 😊 | | |
| Løpelengder | Klasse | Løypelengde | Antall poster |
| | N-Åpen | 1,7 km | 6 |
| | C-Åpen | 2,0km | 9 |
| | D 11-12 | 2,0km | 9 |
| | H 11-12 | 2,0km | 9 |
| | D 13-14 | 3,0km | 16 |
| | H 13-14 | 3,0km | 16 |
| | D 15-16 | 3,5km | 20 |
| | H 15-16 | 3,9km | 22 |
| | D 17-20 | 3,9km | 22 |
| | H 17-20 | 4,3km | 26 |

| <p>Ledertrøye</p>  | <p>I alle klasser unntatt N-Åpen kommer den som leder sammenlagt å løpe i en gul ledertrøye.</p> <p>Det er den løperen i hver klasse med flest poeng sammenlagt som løper med den gule ledertrøyen i hvert enkelt løp. I finalen teller de 3 beste av de 4 løpene.</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|-------|--------|----------------|------------------------|-------------------------|-------------------|------------------------|-------------------------|-------------------|------------------------|-------------------------|-----------------|---------------------|---------------------------------------|-----------------|---------------------|--|-----------------|---------------------|--|-----------------|---------------------|--|
| <p>Spesialstrekk</p>   | <p>Det er lagt inn spesialstrekk i alle aldersbestemte klasser og C-åpen. Disse strekkene teller med i kampen om de ulike spesialtrøyene.</p> <p>De forskjellige klassene har følgende spesialstrekk:</p> <table border="1" data-bbox="454 604 1385 1070"> <thead> <tr> <th>Klasse</th> <th>Trøye</th> <th>Strekk</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>C-åpen:</td> <td><i>Spurter'n-trøye</i></td> <td>Fra siste post til mål.</td> </tr> <tr> <td>D/H 11-12:</td> <td><i>Spurter'n-trøye</i></td> <td>Fra siste post til mål.</td> </tr> <tr> <td>D/H 13-14:</td> <td><i>Spurter'n-trøye</i></td> <td>Fra siste post til mål.</td> </tr> <tr> <td>D 15-16:</td> <td><i>Spesialtrøye</i></td> <td>Fra 13. post til 14. post (myrstrekk)</td> </tr> <tr> <td>H 15-16:</td> <td><i>Spesialtrøye</i></td> <td>Fra 16. post til 17. post. (myrstrekk)</td> </tr> <tr> <td>D 17-20:</td> <td><i>Spesialtrøye</i></td> <td>Fra 16. post til 17. post. (myrstrekk)</td> </tr> <tr> <td>H 17-20:</td> <td><i>Spesialtrøye</i></td> <td>Fra 16. post til 17. post. (myrstrekk)</td> </tr> </tbody> </table> <p>Hvis samme person leder både sammenlagt og i kampen om spesialtrøyene, vil denne løpe med den gule ledertrøyen. Nr. 2 på lista for spesialtrøyene løper med spesialtrøyene. Alle trøyer deles ut før hvert løp.</p> <p>Trøyene vinnes til odel og eie etter finalen. Hver løper kan bare vinne en trøye.</p> | Klasse | Trøye | Strekk | C-åpen: | <i>Spurter'n-trøye</i> | Fra siste post til mål. | D/H 11-12: | <i>Spurter'n-trøye</i> | Fra siste post til mål. | D/H 13-14: | <i>Spurter'n-trøye</i> | Fra siste post til mål. | D 15-16: | <i>Spesialtrøye</i> | Fra 13. post til 14. post (myrstrekk) | H 15-16: | <i>Spesialtrøye</i> | Fra 16. post til 17. post. (myrstrekk) | D 17-20: | <i>Spesialtrøye</i> | Fra 16. post til 17. post. (myrstrekk) | H 17-20: | <i>Spesialtrøye</i> | Fra 16. post til 17. post. (myrstrekk) |
| Klasse | Trøye | Strekk | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| C-åpen: | <i>Spurter'n-trøye</i> | Fra siste post til mål. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| D/H 11-12: | <i>Spurter'n-trøye</i> | Fra siste post til mål. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| D/H 13-14: | <i>Spurter'n-trøye</i> | Fra siste post til mål. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| D 15-16: | <i>Spesialtrøye</i> | Fra 13. post til 14. post (myrstrekk) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| H 15-16: | <i>Spesialtrøye</i> | Fra 16. post til 17. post. (myrstrekk) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| D 17-20: | <i>Spesialtrøye</i> | Fra 16. post til 17. post. (myrstrekk) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| H 17-20: | <i>Spesialtrøye</i> | Fra 16. post til 17. post. (myrstrekk) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>Servering</p> | <p>Alle løpere får en skål med frukt og løperdrikke ved målgang. Det er mulig å kjøpe kaffe og kake.</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>Toalett</p> | <p>Det er tilgang på toaletter i Terningen arena. NB! IKKE PIGGSKO!</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>Løyper for voksne</p> | <p>Under Nammo cupen er det ikke løpstilbud for voksne. Dere har i stedet den meget viktige oppgaven å heie fram og støtte de som løper.</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>Løpsledelse</p> | <p>Løpsleder: Tore Lindaas Løypelegger: Tore Lindaas</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Elverum OK og Mjøs-O ønsker alle en trivelig og spennende kveld med orientering!

