



# PM




# Nammo-CUP #3

## Strand Unikorn SPORT & .NO

Vang o-lag og Mjøs-O ønsker velkommen til Nammo-cup #3 2018.  
Parstart mellomdistanse m/kartbytte på Gåsbu onsdag 6. juni kl. 18.00.

<b>Samlingsplass og parkering</b>	Samlingsplass er i naturstien på Gåsbu. Det er kort vei (300-500 m) fra parkering til samlingsplass. Følg merking fra parkeringsplassen. <b>Parkering (kr 60,-) i automat.</b> Betaling med kort eller kontanter.
<b>Start</b>	Start rett ved arena. Parstart for alle klasser unntatt N-åpen/C-åpen og D/H11-12. N-åpen- og C-åpenløpere har fristart og kan starte fra 17.45.  <b>I klassene D/H13-14, D/H15-16 og D/H17-20 har løpere med startnummer med oddetall løype A først, og løpere med startnummer med partall har løype B først.</b>
<b>Trøyseremoni</b>	Trøyseremoni kl. 17.30 på arenaen.
<b>Kart</b>	Gåsbu. Utgitt: 2017. Synfart 2015/2016. Målestokk 1 : 7500. Ekvidistanse 5 m. Løpskartene er lagt i plastposer.  <b>Klassene D/H 13-14, D/H 15-16 og D/H 17-20 har to sløyfer og kartbytte inne på arena.</b> Øvrige klasser har 1 sløyfe.  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.
<b>Terreng</b>	Terreng et veksler mellom lettløpt skogsterreng, krevende o-tekniske og løps-tekniske områder og partier med myr. Det er noen stier og skiløype-traseer. Løpsterreng et ligger mellom 550 og 650 moh. Det er tørt og fint i løpsterreng et om dagen etter den lange perioden med fint vær vi har/har hatt denne våren/forsommeren. En del grøfter er i ferd med å gro igjen og delvis er noe utydelige.

Løypelengder	Klasse	Løypelengde	Antall poster	1. start i klassen
	N-Åpen	1,4 km	8	Kl. 17.45 (fristart)
	C-Åpen	2,2 km	10	Kl. 17.45 (fristart)
	D 11-12	2,2 km	10	Kl. 18.10
	H 11-12	2,2 km	10	Kl. 18.20
	D 13-14	Løype A: 1,6 km Løype B: 1,4 km	Løype A: 6 Løype B: 7	Kl. 18.10
	H 13-14	Løype A: 1,6 km Løype B: 1,4 km	Løype A: 6 Løype B: 7	Kl. 18.:30
	D 15-16	Løype A: 2,0 km Løype B: 1,9 km	Løype A: 9 Løype B: 8	Kl. 18.00
	H 15-16	Løype A: 2,0 km Løype B: 1,9 km	Løype A: 9 Løype B: 8	Kl. 18.30
	D 17-20	Løype A: 2,7 km Løype B: 2,7km	Løype A: 10 Løype B: 10	Kl. 18.20
	H 17-20	Løype A: 2,7 km Løype B: 2,7 km	Løype A: 10 Løype B: 10	Kl. 18.40
	Se nøye på startlista og møt opp på start i god tid før første start i klassen.			
	Husk å ta på startnummer da dette er viktig for å hjelpe starteren til å få dere ut til rett tid. <b>Husk å ta med sikkerhetsnåler!</b>			
<b>Kartbytte</b>	Fra siste post på første sløyfe løper løperen til kartbytte og tar nytt kart. Kart som skal brukes på andre sløyfe ligger i karteske merket med oddetall eller partall (etter startnummer) og klasse (D/H13-14, D/H15-16 eller D/H17-20).			
<b>Målgang</b>	Kartene som brukes på siste sløyfe samles inn ved mål og deles ut etter at alle løpere er ute på siste sløyfe.			
<b>Viktig info</b>	<b>Sjekk koder nøye.</b> Det er mange poster ute i skogen på et relativt lite område, så postene ligger til dels veldig tett!			
<b>Servering</b>	Alle løpere får en skål med frukt og løperdrikke ved målgang. Det vil være mulig å kjøpe kaffe og kake på arena.			
<b>Toalett</b>	Det er 1 stk. utedo på arena.			

<p><b>Ledertrøye</b></p> 	<p>I alle klasser unntatt N-åpen kommer den som leder sammenlagt til 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><b>Spesialstrekk</b></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="438 560 1492 929"> <thead> <tr> <th>Klasse</th> <th>Trøye</th> <th>Strekk</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><b>C-åpen:</b></td> <td><i>Spurter'n-trøye</i></td> <td>Fra siste post til mål</td> </tr> <tr> <td><b>D/H 11-12:</b></td> <td><i>Spurter'n-trøye</i></td> <td>Fra siste post til mål</td> </tr> <tr> <td><b>D/H 13-14:</b></td> <td><i>Spurter'n-trøye</i></td> <td>Fra siste post til mål</td> </tr> <tr> <td><b>D 15-16:</b></td> <td><i>Spesialtrøye</i></td> <td>Mellom 4. og 5. post i løype B (bekkedal)</td> </tr> <tr> <td><b>H 15-16:</b></td> <td><i>Spesialtrøye</i></td> <td>Mellom 4. og 5. post i løype B (bekkedal)</td> </tr> <tr> <td><b>D 17-20:</b></td> <td><i>Spesialtrøye</i></td> <td>Mellom 4. og 5. post i løype A (bekkedal)</td> </tr> <tr> <td><b>H 17-20:</b></td> <td><i>Spesialtrøye</i></td> <td>Mellom 4. og 5. post i løype A (bekkedal)</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.          Trøyene vinnes til odel og eie etter finalen.          Hver løper kan bare vinne en trøye.</p>	Klasse	Trøye	Strekk	<b>C-åpen:</b>	<i>Spurter'n-trøye</i>	Fra siste post til mål	<b>D/H 11-12:</b>	<i>Spurter'n-trøye</i>	Fra siste post til mål	<b>D/H 13-14:</b>	<i>Spurter'n-trøye</i>	Fra siste post til mål	<b>D 15-16:</b>	<i>Spesialtrøye</i>	Mellom 4. og 5. post i løype B (bekkedal)	<b>H 15-16:</b>	<i>Spesialtrøye</i>	Mellom 4. og 5. post i løype B (bekkedal)	<b>D 17-20:</b>	<i>Spesialtrøye</i>	Mellom 4. og 5. post i løype A (bekkedal)	<b>H 17-20:</b>	<i>Spesialtrøye</i>	Mellom 4. og 5. post i løype A (bekkedal)
Klasse	Trøye	Strekk																							
<b>C-åpen:</b>	<i>Spurter'n-trøye</i>	Fra siste post til mål																							
<b>D/H 11-12:</b>	<i>Spurter'n-trøye</i>	Fra siste post til mål																							
<b>D/H 13-14:</b>	<i>Spurter'n-trøye</i>	Fra siste post til mål																							
<b>D 15-16:</b>	<i>Spesialtrøye</i>	Mellom 4. og 5. post i løype B (bekkedal)																							
<b>H 15-16:</b>	<i>Spesialtrøye</i>	Mellom 4. og 5. post i løype B (bekkedal)																							
<b>D 17-20:</b>	<i>Spesialtrøye</i>	Mellom 4. og 5. post i løype A (bekkedal)																							
<b>H 17-20:</b>	<i>Spesialtrøye</i>	Mellom 4. og 5. post i løype A (bekkedal)																							
<p><b>Løyper for voksne</b></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><b>Løpsledelse</b></p>	<p>Løpsleder: Øystein Melby          Løypelegger: Knut Skjeset</p>																								

**Vang o-lag og Mjøs-O  
 ønsker alle  
 en trivelig og spennende kveld  
 med orientering!**

