

Midtsommerløpene Stokke IL

PM Midtsommerløpet søndag 17 juni 2018

Stokke IL Orientering ønsker velkommen til Midtsommerløpene 2018

PM søndag 17.juni



VEIBESKRIVELSE

Ta avkjøring nr 39 fra E18 retning mot Borgeskogen. Følge videre merking mot Borgeskogen.

PARKERING

Parkering på Borgeskogen industriområde. Følg merking. Ingen P-avgift.
Mellom 350 og 750 meter å gå til samlingsplass.

ARENA/SAMLINGSPLASS

Gateadresse: Borgeskogen 43, 3160 Stokke
GPS-koordinater: 59.24397, 10.24973

Samlingsplass er på Borgeskogen industriområdet, på gressbakke, noe grus og asfalt.
Noe mulighet for lagstelt på gress eller grus.

KART

Borgeskogen, utgitt 2017, oppdatert 2018.
Målestokk: 1:10 000 for alle aldersklasse mellom 13 og 35 år. Øvrige kart i målestokk 1:7 500.
Ekvidistanse: 5 m.

Kart er trykket på vannfastpapir, så det vil ikke være behov for plast utenpå. Det vil være plast tilgjengelig ved start, dersom noen likevel ønsker det.

TERRENG

Alle løperne, bortsett fra nybegynnerne, vil måtte krysse en dal som deler løpsterrenget i to deler. Terrenget på begge sider består stort sett av hurtig, teknisk utfordrende og lett kupert løvskog, men også med noe toppbrekk etter vinterens snømengder. På vei tilbake fra vestsiden av dalen vil løperne møte et nytt hogstfelt. I enkelte deler av løpsområdet ligger postene tette, så vær nøye med å sjekke koder.

UTDELING AV KART FØR START

Følgende løyper og klasser skal hente kartet i sekretariatet på forhånd:

Løype 10 - D/H11-12

Løype 12 - D/H13-16N, D/H17N

Løype 13 – D/H 10, D/H11-12N

Løype 14 - N-åpen

Midtsommerløpene Stokke IL

PM Midtsommerløpet søndag 17 juni 2018

START

Første ordinære start kl. 11:00.

N-åpen kan starte en time før første ordinære start.

Start 150 meter fra samlingsplass. Følg røde og hvite merkeband.

Fristart:

I tillegg til direkteløyper og N-åpen har følgende klasser fri starttid:

D/H10	D/H13-16N	D/H17N
D/H11-12N	D/H13-16C	D/H17/C

Det kan bli litt kø da det skal være minimum ett minutt mellom hver løper per løype.

Følgende starttider gjelder for fristart: 11.00-13.00 (N-åpen fra 10.00)

Det blir ikke utdelt vann ved start. I år er det kort vei til start, og løpere oppfordres til å ta et ekstra glass vann fra løper-drikke før start, dersom varmt vær.

ETTERANMELDING

Ta kontakt med sekretariatet for etteranmeldinger.

Sekretariatet åpent for etteranmelding søndag kl. 09:00 – 10:00.

TIDTAKING

Det benyttes elektronisk tidtakingssystem, Emit. Løperne er selv ansvarlig for å sjekke at brikkenummeret i startlista stemmer. Kontakt sekretariatet dersom det er feil.

POSTBESKRIVELSER/BACK-UP LAPPER

Det er postbeskrivelser med IOF-symboler trykt på kartet, samt løse postbeskrivelser ved start. Back-up lapper fås ved start (selvbetjening; løpers ansvar å bruke dette).

TØY FRA START

Kan på eget ansvar legges i poser ved start og vil bli fraktet til arena (ved løperdrikke). Men det er kort vei til start, så løpere oppfordres til å legge igjen tøy på samlingsplass.

BARNEPARKERING

Gratis barneparkering på arena vil bli åpnet 1 time før ordinær start.

SMÅTROLL

Småtroll har eget startsted i nærheten av samlingsplass. Løypa er merket, og deltakelse koster kr 30,-. Flotte premier til alle.

Midtsommerløpene Stokke IL

PM Midtsommerløpet søndag 17 juni 2018

TOALETTER/DUSJ

Mobilt toalett tilgjengelig på arena. Håndvask: Antibac.

Dusj er ikke tilgjengelig. Vil du hoppe i sjøen etter løpet anbefales Melsomvikstranda med stupetårn.

FØRSTEHJELP

Røde Kors er til stede. Ansvarlig: Eirunn Hiis, tlf 90 72 75 12.

KIOSK

Åpen kiosk under hele løpet. Mulighet for betaling med Vipps.

På grunn av skogbrannfare blir det ikke salg av grillmat i år, men vi har bl.a. varme pølser., kaker, kaffe, brus mm.

KONTAKTPERSONER

Løpsleder: Astrid Brevik, telf. 948 02 232
Løypelegger : Inger Nergaard, telf. 905 97 162
Lars Martin Gjein, telf. 971 48 411
Teknisk delegert: Ian Ringheim, Trollo

KLASSER OG LØYPER

Løype	Klasser	Nivå	Midtsommerløpet Søndag
1	H17-18, H19	A	4,6 km
2	D17-18, D19, H40, H45, H50, Direkte A	A	4,6 km
3	H15-16	A	4,5 km
4	D40, D45, D50, H55, H60, H17AK	A	3,9 km
5	D15-16	A	3,8 km
6	D55, D60, H65, H70, D17AK	A	2,8 km
7	D65, D70, D75, D80, H75, H80	A	2,5 km
8	H13-14, H15-16B, Direkte B	B	2,7 km
9	D13-14, D15-16B	B	2,4 km
10	D11-12, H11-12	C	2,3 km
11	D17C, H17C, D13-16C, H13-16C, Direkte C	C	2,2 km
12	D17N, H17N, D13-16N, H13-16N	N	1,9 km
13	D-10, H-10, D11-12N, H11-12N	N	1,8 km
14	N-Åpen	N	1,6 km

Midtsommerløpene Stokke IL

PM Midtsommerløpet søndag 17 juni 2018

ARENAKART

