

PM Sørlandsgaloppen 2018 – dag 3-4

Lørdag 30. juni og søndag 1. juli

PM



Hisøy OK, IK Grane Arendal Orientering og IF Trauma ønsker løpere og publikum velkommen til dag 3 og 4 i årets Sørlandsgalopp!

Arena: Arena er Myra Skole. GPS: 58.484733, 8.732929.

Adkomst og parkering: Avkjøring fra E18 kryss nr.71 ved Harebakken mot Rv128 mot Myra. Merket til parkering på Sør Amfi på Myra.

Avstand fra parkering til samlingsplass, ca 1000m og er merket med blå merkeband. Fra O-campen på Hove er det ca 12 km til Arena Myra Skole.

Mellom distanse på Myra lørdag 30.juni

Kart: Myra. Revidert 2018. Målestokk 1:10000 for løype 1 – 3 og 1:7500 for løype 4-19. Ekvidistanse: 5 meter.

Løypeleggere: Finn Ole Jørgensen og Gunnar Dag Tørå.

Løypekontrollør: Kjell Walter Sørensen

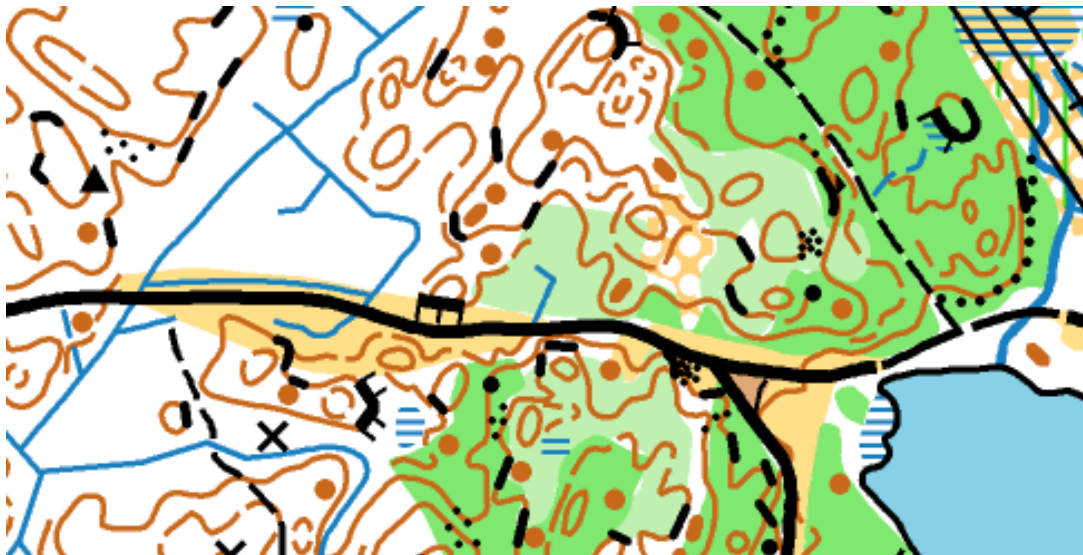
Myra-kartet dekker en fin versjon av sørlandsterrenget. Løypene starter i et område med mye gran- og furuskog. Her er løpbarheten god, og det blir krevende kortdistanseorientering med høy fart. Det er tett med poster og vær oppmerksom på løpere på kryssende kurs. De fleste løypene får også noe innslag av lauvskog med noe mer nedsatt løpbarhet. Mange av løypene skal også krysse en gammel eng før de siste postene, så det blir en fin variasjon i underlaget for løperne. Det er bygd en lysløype området det siste året, og mange vil nok komme i kontakt med denne.

Pga høyt gress så vil mindre stier i de fleste tilfeller være vanskeligere å se enn hva som fremgår av kartet.

Fra sistepost til mål, skal alle løperne delvis krysse et anleggsområde hvor det bygges en kunstgressbane. Det vil ikke være byggeaktivitet her på løpsdagen, men det er likevel viktig for alle å holde seg på riktig side av merkingen.

Noen få områder er markert som forbudt på kartet. Dette av hensyn til løperens sikkerhet eller grunneiere.





Langdistanse med jaktstart søndag 1.juli

Kart: Uglebo. Revidert 2018. Målestokk 1:10000 for løype 1 – 3 og 1:7500 for løype 4 – 19.
Ekvidistanse: 5 meter.

Løypelegger: Aslak Blågestad

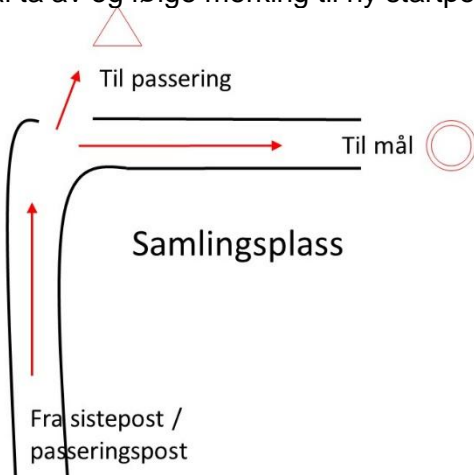
Løypekontrollør: Gunnar Dag Tørå

Uglebo-kartet grenser til Myra-kartet. Terrenget denne dagen er noe mer kupert, men det er stort sett god fremkommelighet og god løpbarhet. Skogen varierer fra åpen furuskog til områder med tettere løvskog. Det er og endel stier, særlig for de kortere løypene. Kartet er revidert i 2018, men noen små stier og tråkk er ikke med på kartet.

Pga høyt gress så vil mindre stier i de fleste tilfeller være vanskeligere å se enn hva som fremgår av kartet.

Alle løpere skal søndag passere en trafikkert vei. Det vil være vakter utplassert, men vis varsomhet.

For løype 1, 2, 3, 4, 7 og 13 er det passering av samlingsplass før en kortere runde på slutten av løypa. Man stempler da på posten før samlingsplass som er sistepost for øvrige klasser, og følger innløpet mot mål. I innløpet vil det så være skilt og en åpning der løpere til passering skal ta av og følge merking til ny startpost. Se vedlagte skisse.





Start lørdag: Alle klasser har samme start. Det er 1400 meter til start og det er merket med sort/gul merkebånd. Første ordinære start er kl.11:00. Klasse N-Åpen kan starte fra kl. 10:00. Øvrige klasser med fristart kan starte fra kl.10:30. Siste starttidspunkt er kl.13:00.

Start søndag: Alle klasser har samme start. Det er 1000 meter og 100 meter stigning til start og det er merket med sort/gul merkebånd. Første ordinære start er kl. 11:00. Klasse N-Åpen kan starte fra kl.10:00. Øvrige klasser med fristart kan starte fra kl. 10:30. Siste starttidspunkt er kl.13:00.

Lørdag og søndag er det startpost i alle løyper (ingen stemping). Avstand til startpost er ca. 100 meter.

Startprosedyre:

Opprop ved start – 3 minutter før starttidspunkt i henhold til startliste.

Minuttstart: Klokketid

3 min. før	Første bås: Kontroll navn + brikke
2 min. før	Andre bås: Nulle + løse postbeskrivelser
1 min. før	Tredje bås: Løpskart
15 sek. før	Ta opp kartet - ikke se på det
Startøyeblikket	Se på kartet og løpe



Fristart: Brikketid

3 min. før	Første bås: Kontroll navn + brikke
2 min. før	Andre bås: Løse postbeskrivelser
1 min. før	Tredje bås
15 sek. Før	Ha med / ta opp kartet, ikke se på det
5 sek. Før	Brikke på startbukk
Startøyeblikket	Løpe / se på kartet

N-start: Brikketid

3 min. før	Første bås: Kontroll navn + brikke
2 min. før	Andre bås: Løse postbeskrivelser
1 min. før	Tredje bås
5 sek.før	Brikke på startbukk
Startøyeblikket	Løpe

Jaktstart: Klokketid

3 min. før	Opprop + kontroll navn og brikke
	Nulle + løse postbeskrivelser
1 min. før	Løpskart
Startøyeblikket	Se på kartet og løpe

Alle løpere skal ha startnummer. Det samme startnummeret skal brukes i alle løpene i Sørlandsgaloppen 2018. For alle forhåndspåmeldte, ligger startnummer i lagsposen. Startnummeret tåler ikke maskinvask.

Lagsposen inneholder også kart til D/H 10, D/H 11-12N, D/H 11-12, D/H 13-16N, D/H 17N, N-åpen samt D/H 13-16C. Lagsposen hentes i sekretariatet.

Det er løse postbeskrivelser på start for alle klasser unntatt nybegynnerklassene og N-åpen.



Tidtaking / postkontroll: Stemplingskontroll og tidtaking skjer med «vanlig» Emit brikke (ikke Emitag) i alle klasser. Kontroller på startlisten at brikkenummeret er korrekt. Løperen er selv ansvarlig for at brikkenummeret er korrekt. Hvis feil brikkenummer – kontakt sekretariatet for å få rettet opp dette. Alle løpere som ikke er påmeldt med brikkenummer får automatisk tildelt leiebrikke i lagsposen.

Backup-lapper finnes på start og er frivillig å bruke. Det skal stemples på målpost ved mållinjen.

Målbukkene filmes kontinuerlig med klokkeslettet lagt inn i bildet. Filmen deles i 30-sekunders biter og legges på en server, sånn at sekretariatet kan sjekke målgang ved klager.

Maksimaltid er i henhold til NOF sine konkurranseregler: 90 minutter for mellomdistansen lørdag, samt 180 minutter for langdistansen på søndag.

Leiebrikker leveres tilbake til løpskontor når løper har gjennomført alle sine løp. Manglende innlevering av leiebrikke belastes klubben med kr. 600,-.

GPS tracking lørdag: Løpere i klassene D17-20 og H17-20 skal løpe med GPS sendere denne dagen. GPS senderne utleveres i sekretariatet. Det er frivillig om man vil løpe med GPS sender. De som ikke ønsker å løpe med GPS bes gi beskjed til arrangøren om dette så tidlig så mulig, slik at vi kan tilby tjenesten til andre. I utgangspunktet vil våre 60 enheter bli fordelt med 30 stk i hver klasse. Dersom det er flere enn 30 startende i hver av klassene, vil enhetene bli fordelt til de 30 sist startende i klassen. Dersom det er færre enn 30 deltakere i en klasse, vil flere enn 30 i den andre klassen løpe med GPS enhet.

GPS tracking søndag: I jaktstarten er det de 10 beste løperne i hver av de 6 klassene (best sammenlagttid etter de 3 første løpene) som løper med GPS sendere. GPS senderne utleveres i sekretariatet.

Tracking vil bli vist live på arena, samt lagt ut på https://loggator.com/recent_events etter løpet.

Fair play: Løpere henstilles til fair play gjennom ikke å søke informasjon om kart og løyper fra løpere som har kommet i mål, samt via GPS trackingen på nett og storskjerm.

Angående jaktstart på søndag: Sammenlagttid for de tre første løpene bestemmer startrekkefølge og starttidspunkt. Den som har kortest sammenlagttid starter først. Øvrige løpere starter tilsvarende bak som tidsforskjell i sammenlagttid for de tre første løpene. Løpere med sammenlagttid mer enn 20 minutter bak leder går ut i fellesstart 25 minutter bak leder. De som ikke har 3 godkjente løp forut for jaktstart går også ut på fellesstart.

Det er jaktstart i alle ordinære ungdomsklasser fra og med D/H-13-14 til og med D/H-17-20.



Sport8 Ungdomsgaloppen - Poengstrekk: Følgende strekk inngår som poengstrekk:

Poengstrekk nr	Dag	Tema	Post / strekk nr				
			DH 13-14	D 15-16	H 15-16	D 17-20	H 17-20
Poengstrekk 1	Torsdag 28.juni	Fart	S - 1	2 - 3	3 - 4	3 - 4	3 - 4
Poengstrekk 2	Torsdag 28.juni	Spurt	14 - M	15 - M	18 - M	19 - M	21 - M
Poengstrekk 3	Fredag 29.juni	Rullestein	10 - 11	10 - 11	12 - 13	12 - 13	11 - 12
Poengstrekk 4	Fredag 29.juni	Spurt	15 - M	14 - M	16 - M	20 - M	17 - M
Poengstrekk 5	Lørdag 30.juni	Klatring	7 - 8	9 - 10	9 - 10	9 - 10	10 - 11
Poengstrekk 6	Lørdag 30.juni	Spurt	9 - M	11 - M	11 - M	12 - M	14 - M
Poengstrekk 7	Søndag 1.juli	Downhill	6 - 7	5 - 6	8 - 9	7 - 8	10 - 11
Poengstrekk 8	Søndag 1.juli	Spurt	13 - M	13 - M	16 - M	16 - M	19 - M

Eks: S-1 betyr strekk mellom start og post 1. 14-M betyr strekk mellom post 14 og mål.

Klasser og løyper:

Klasseoppsett er vist under med endelige løypelengder.

Klasse	Løype	Nivå	Sprint 28.juni	Lang 29.juni	Mellom 30.juni	Lang 1.juli
H21	1	A	3,7 km	6,1 km	4,2 km	8,7 km
H17-20, H35, H40, D21	2	A	3,6 km	5,6 km	3,9 km	7,0 km
H45, D17-20	3	A	3,2 km	5,0 km	3,5 km	5,7 km
H15-16	4	A	3,2 km	3,7 km	3,1 km	5,3 km
H50, D35	5	A	2,7 km	3,6 km	3,1 km	5,0 km
H55, D40, D45	6	A	2,6 km	3,6 km	2,7 km	5,0 km
D15-16	7	A	2,5 km	3,4 km	3,1 km	4,5 km
H60, D50	8	A	2,3 km	3,4 km	2,6 km	4,2 km
H65, H70, D55, D60	9	A	2,1 km	2,6 km	2,6 km	3,4 km
D65, D70, D75, D80, H75, H80	10	A	2,1 km	2,4 km	1,9 km	3,2 km



H17AK, A-åpen	11*	A	2,5 km	3,6 km	2,7 km	5,0 km
D17AK, D45AK, H45AK	12*	A	2,3 km	2,8 km	2,4 km	4,0 km
H13-14, D13-14	13	B	2,1 km	3,0 km	2,2 km	3,9 km
H17B, D17B, H15-16B, D15-16B, B-åpen	14*	B	2,0 km	2,7 km	3,0 km	3,1 km
H17C, D17C, C-åpen	15*	C	1,8 km	2,5 km	2,4 km	3,3 km
H13-16C, D13-16C, H11-12, D11-12	16	C	1,7 km	2,5 km	1,9 km	2,8 km
H13-16N, H17N, D13-16N, D17N	17*	N	1,5 km	2,4 km	1,6 km	2,6 km
H10, D10	18*	C/N	1,4 km	2,4 km	1,4 km	2,2 km
H11-12N, D11-12N, N- Åpen	19*	N	1,2 km	1,4 km	1,4 km	2,2 km

* = fristart løyper / klasser.

Klassene N-åpen og D/H-10 er uten rangering.

NB! Løype 16 er endret fra fristart til starttid for å få en bedre flyt på start.

Premiering

12 år og yngre	Alle får premie alle fire dager rett etter målgang. Ingen sammenlagtpremiering. De 3 beste hver dag i D/H 11-12 får ekstra premie med opprop til premiepall når alle løpere i klassen er kommet i mål.
D/H 13-14, D/H 15-16 D/H 17-20 AL	Premie til de tre beste på dag 1 – 3. Siste dagen 1/3 sammenlagtpremiering. Premiering når alle løpere i klassen er i mål.
Øvrige A-klasser	Ingen premiering dag 1-3. Siste dagen 1/8 sammenlagtpremiering. Premiering når alle løpere i klassen er i mål.
AK, B, C og N klasser, 17 år og eldre	Ingen premiering dag 1-3. Siste dagen sammenlagtpremiering til sammenlagtvinners. Premiering når alle løpere i klassen er i mål.



Lørdag trekkes 1 stk premie på startnummer. Premien består av gavekort på Arendal Herregaard SPA & Resort som inkluderer Weekend opphold for 2 personer inklusiv frokost i juniorsuite. Verdi ca.3200 kr.

Direktepåmelding: Direktepåmelding fram til kl. 11:30 lørdag og søndag i sekretariatet. Siste starttid lørdag og søndag er kl.13:00. Det tas forbehold om nok kart. Åpne løyper har ikke etteranmeldingsavgift.

Løpsdrikke: Ingen drikkeposter lørdag. Flere drikkeposter søndag for de lengste løypene. Drikkepostene er merket av på kartet (postbeskrivelsen). Vann på / eller på vei til start alle dager. Dersom det blir veldig varmt lørdag, vurderes det å sette ut drikke ved naturlig passering av vei. Vann og saft ved mål.

Småttroll: Det er egen småttroll løype som er merket med blå/hvite merkeband. Deltakeravgift kr. 30,- (kun kontant betaling ved registrering eller Vipps. Premier til alle fullførende småttroll etter målgang.

Barneparkering: Barneparkering er plassert i lokale ved arena. Minimumsalder er 2 år og man må være bleiefri. Ingen avgift. Barneparkeringen er kun tiltenkt benyttet mens foresatte deltar i konkurransen. Åpner 1 time før første ordinære start og stenger 90 minutter etter siste start. Dvs åpner kl 10 begge dager.

Toaletter: Det er toaletter på samlingsplass. Husk ingen O-sko innendørs. Det er også mobiltoalett på vei til start.

Dusj: Det er ingen dusj fasiliteter på arena. Så våtklut er å anbefale.

Sanitet: På arena alle dager (se arenaskisse). Telefon til Legevakta i Arendal er 116 117 (adresse: Sykehusveien 1, 4838 Arendal).

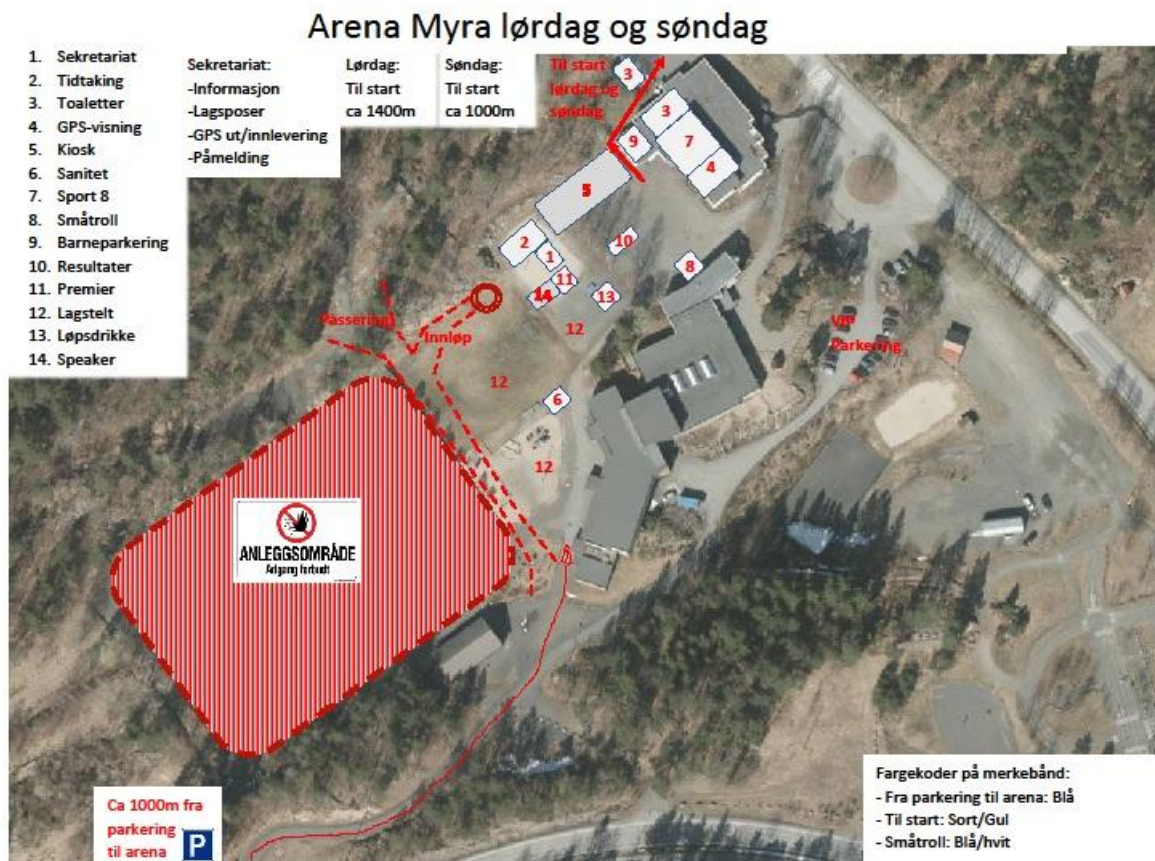
Klubbtelt: På arena er det egne områder avsatt til klubbtekt (se arenaskisse). Det er til dels hardt underlag.

Salg av sportsutstyr: Sport8 har eget stort salgstelt på arena.

Salg av mat og drikke: Det selges mat og drikke på samlingsplass. Betaling med kontanter, kort og VIPPS.



Arenaskisse:



Løpsleder: Sverre Valvik, Mobil: 905 16 540, epost: sverre.valvik@gmail.com

Teknisk delegert: Stig Alvestad

Jury: Terje Urfjell (Imås), Jon Terje Ekeland (Oddersjaa), Christina White (Søgne og Sogndalen).

Informasjon / Kontakt: Odd Utstumo, mobil: 911 44 903, epost: odd@graneorientering.no

Velkommen til Sørlandsgaloppen 2018 på Myra skole!

