



## Norgescup i Nord-Østerdal

Med innlagte Junior-VM testløp

31. mai – 2. juni 2019

**Os IL og Røros IL har gleden av å invitere hele landets juniorløpere til fartsfylte løp i noen av landets fineste og mest unike terreng!**



# **Generell informasjon**

## **Program**

**Testløp sprint, 31. mai – Røros sentrum**

**Testløp lang, 1. juni – Svarthølmoen skytebane**

**Testløp mellom, 2. juni – Svarthølmoen skytebane**

## **Terrengsperringer**

Kan sees i sin helhet [her](#).

Merk at sperret terreng på Røros omfatter både Bergstadens Hotell og Røros Hotell. For deltagere som bor her benyttes korteste vei inn og ut av sperringa før fredagens løp.

Klubber som leier pensjonatet i Hummelfjell bor også nær sperra terreng. Løperne må være obs på dette.

## **Påmelding**

I Eventor.

Ordinær påmeldingsfrist: Fredag 24.05.2019.

Etteranmelding: Tirsdag 28.05.2019.

Direkteløyper/publikumsløp kan også melde seg på på samlingsplass.

## **Startkontingent**

Testløpsklasser: kr 250 pr løp.

Direkteløyper/publikumsløp: 80 kr pr løp t.o.m. 16 år, 100 kr over 16 år

Ved etteranmelding påløper 50% tillegg i avgift for testløpsklasser. Dette gjelder ikke direkteløyper/publikumsløp.

## **Tidtaking**

EmitTag på sprint.

EMITbrikke og EmitTag på lang og mellom.

EMITbrikke på publikumsløp/direkteklasser.

Leie av EMITbrikke (50 kroner) og EmitTag (50 kroner) er mulig på arena.

## **GPS**

Utvalgte løpere vil bli utstyrt med GPS. Liste vil bli lagt ut på Eventor.

## **Salg**

Kiosk på arena.

## **Premiering**

De seks beste i eldre/ynge junior vil bli premiert. Uttrekkspremier i publikumsløp.

## **Treningsmuligheter**

Et rikt utvalg av økter finnes her: <https://nooreg.no/treningspakke/>

Her vil man utover våren fortløpende få informasjon rundt snøforhold og når det blir hengt ut merkebånd

## **Gamle kart**

Tilgjengelig i eventor.

# Løpsdetaljer

## Testløp sprint 31.05

**Oppmøte:** [Røros hotell](#). Ankomst langs fylkesvei 31.

**Første start:** 18:00.

**Kart:** Røros sentrum, revidert våren 2019. Offsettrykk.

**Terreng:** Testløpshelgen braker løs med sprint i Bergstaden Røros. Her vil løperne utfolde seg blant vakre, vernede trehus i bykjernen. Men la deg ikke forføre av disse, der du snirkler deg rundt i trange gater og smug. Et unikt område for sprint i Norge som i 2002 hadde verdenseliten på besøk, da verdenscupen fant sted her.

**Kartutsnitt:**



**Løypelengder:** Vinnertid på 13-15 min for begge klasser.

**Publikumsløp:** Salg av løpskart etter løpet som kan benyttes fritt. Uten tidtaing og poster i terrenget.

**Løpsleder:** Frode Sjøvold

**Løypelegger:** Eskil Gullord

**Kontrollør:** NOF

**Teknisk delegert:** Jan Arild Johnsen

## **Testløp lang- og mellomdistanse 01.06 og 02.06**

**Arena:** [Svarthølmoen skytebane](#). Merket fra krysset Fv 30 og Fv 28, 1 km øst for Os sentrum

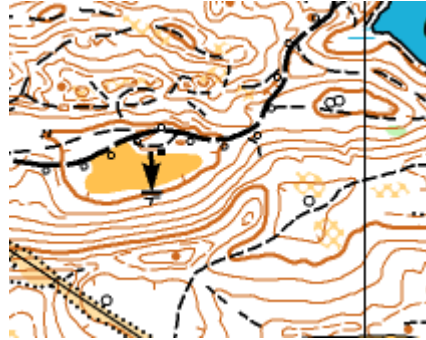
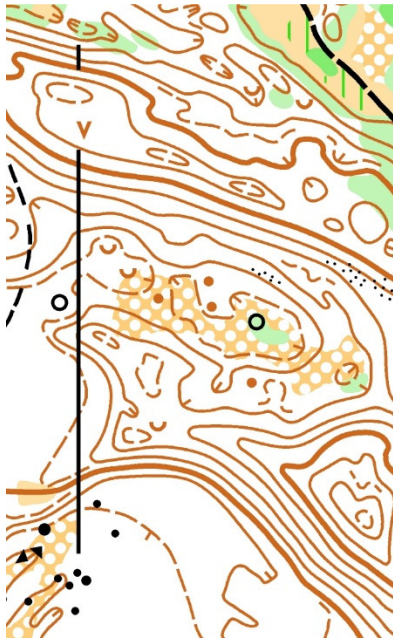
**Første start: Lang: 10:00**

**Mellom: 09:30**

**Kart:** Hummelfoten-Nørdalen, revidert høsten 2018/våren 2019. ISOM 2017. Offsettrykk.

**Terreng:** Lørdagens langdistanse og søndagens mellomdistanse foregår i Nørdalen sørøst for Os sentrum, med idylliske Svarthølmoen som arena. Nørdalens forunderlige terrengformer er skapt av løsmasser avsatt under siste istids avsmelting. Se for deg at du løper langs strandkanten på en gedigen bredemt sjø, eller suser langs botnen av en smeltevannskanal under breen. I dag er forholdene mer gjestmilde - det hele er grodd til med reinlav, lyng og furu. Men landformene med flate moer, bratte egger, djupe groper og snirklede rygger er så godt som de samme som for 10 000 år siden. Hvor ur-norsk det enn høres ut, dette er noe av det mest "kontinentale" terrenget vi finner her til lands, og sannelig minner det ikke litt om de danske bjerge? - hvor junior-VM skal foregå. Terrenget er åpent og lettløpt og veksler fra veldig flatt til veldig bratt, med småkuperte partier innimellom. Noen stier og traktorveier gjennomskjærer terrenget, men det går mest i brunt og kvitt.

## Kartutsnitt:



**Løypelengder:** Vinnertid 70-75 min for herrer og 55-60 min for kvinner på langdistansen.

Vinnertid 25-30 min for begge klasser på mellomdistansen.

**Publikumsløp:** Fri start. 4 løypetilbud. A-lang (7 km), A-mellom (4,5 km), B-løype (3,5 km) og N-løype (2 km). Løypene overlapper delvis med testløpsterrenget. Vis hensyn.

**Løpsleder:** Kari Osmoen

**Løypeleggere:** Jon Aukrust Osmoen og Ivar Aukrust Osmoen

**Kontrollør:** NOF

**Teknisk delegert:** Jan Arild Johnsen