



PM

Sandefjord OK inviterer til Mellomdistanse, lørdag 30. mars

Klasser og løyper

Nr	Nivå	Klasser	Målestokk	Lengde
1	A	H21, H17-20	1:7.500	5,1
2	A	H15-16, D17-20, D21, H40	1:7.500	4,4
3	A	D15-16, H17AK, H45	1:7.500	4,0
4	A	H50, H55	1:7.500	3,9
5	A	D17AK, D40, D45, A-åpen	1:7.500	3,5
6	A	D50, D55, H60, H65	1:5.000	3,4
7	B	H13-14, H15-16B, H17B, B-åpen	1:7.500	3,0
8	B	D13-14, D15-16B, D17B	1:7.500	2,8
9	A	D60, D65, H70, H75	1:5.000	2,7
10	A	D70, D75, H80, H85	1:5.000	2,6
11	C	D13-16C, D17C, H13-16C, H17C, C-åpen	1:7.500	2,8
12	C	D11-12, H11-12	1:7.500	2,7
13	N	D13-16N, D17N, H13-16N, H17N	1:7.500	2,6
14	N	D11-12N, H11-12N, D-10, H-10	1:7.500	2,6
15	N	N-åpen	1:7.500	1,6

Arena

Skjellvika badestrand. Det er gangavstand fra Strand Leirsted og Gjestegård, Østerøyveien 233. Merket fra fylkesvei 305 ved den nordre innfarten til Sandefjord. Deretter Ringveien, Heimdalveien og Østerøyveien. Barnevogn- og sykkelvennlig. Arena ligger ved sjøen. Mulighet for årets første bad!

Parkering

Etter anvisning ved henholdsvis Skjellvika og Strand Leirsted og Gjestegård. Ingen parkeringsavgift. Inntil 1000 meter å gå til arena. **Det er begrenset med parkeringsplass og vi oppfordrer derfor til å samkjøre for å holde antallet biler så lavt som mulig. Vi vil prioritere å la fulle biler parkere nær arenaen.**



Start	Første ordinære start er kl. 13.00. Løpere i åpne klasser kan starte fra kl. 12.00. <i>Nybegynnerklassene (løype 13, 14 og 15) starter fra samlingsplass, nord for arena. For øvrige klasser er det 950 m til start, retning mot parkering på Strand leirsted.</i>
Direkteklasser	<i>Påmelding kan gjøres på arena. Start fra kl 12.00 til 14.00. Klassene er også åpne for personer uten klubbtilhørighet mot kontant betaling.</i>
Kart	Østerøya. Kartet er utgitt i 2014, korrigert i 2018/2019.
Terreng	<i>Terrengen er stort sett snøfritt, men det kan være enkelte mindre partier med snø i skyggesonene.</i> <i>Terrengen er et kystnært område på Østerøya. Det er et populært turområdet med en god del stier, samt mange hytter i området. Vennligst respekter private hyttetomter som er markert med olivengrønn farge (forbudt område).</i> <i>Det vil være et variert terreng som møter løperne fra svært lettløpte områder med flere stier til mer detaljrike bratte koller. På enkelte steder er det svært detaljrikt. For at lesbarheten skal være god er det ikke tatt med steiner under 1 m, og skrenter som er på kartet er ikke passerbare i området. Det er både åpne og tette skogsområder, men stort sett er det god fremkommelighet.</i> <i>Det er tillatt å løpe på jorder som ikke er skravert med rødt.</i>
Løpsledere	Knut Gjone (909 73 972) og Arne Håkon Jørgensen
Løypeleggere	Kine Gulliksen og Gullik Gulliksen
Lagsposere	Det er ingen lagsposere. Alle løpere i løypene 12-15 får kart på løpskontoret på arena.
Etteranmelding	I Eventor innen torsdag 28. mars 2019; deretter kun på løpsarena, senest 1 time før første start i ordinære klasser.
Starttider	Det er fleksibel starttid for alle N-klasser og direkteklasser. For alle andre klasser; se startliste i Eventor.



Premiering	Premie til alle i N-åpen og klassene til og med 12 år. I alle klasser mellom 13 og 16 år, blir det premie til beste 1/3. I klasser 17 år og eldre, er det premie til vinneren. I A-åpen, B-åpen og C-åpen er det premie til vinneren.
Småttoll	På arena. Kroner 30,-.
Barneparkering	På arena. Gratis.
Kiosk	Diverse varm og kald mat og drikke selges på arena. Det er mulig å betale med Vipps og bank-/kredittkort.
Sportsbutikk	Sport8 (www.sport8.no) har salg av o-utstyr på arena.

