



PM

KOK 2-dagers 2019

Lørdag 6. april, langdistanse

Det er røykeforbud og forbud mot bruk av åpen ild på hele samlingsplassen

Frammøte: Merket fra RV 456, Langenesveien ved Paltorsken. Kjør gjennom Vågsbygdporten og videre til Kjosbukta der RV 456 tar av til høyre. Følg denne ca 3 km.

Parkering: Ved samlingsplass.

Start: Individuell start fra kl.14:00, se startlister.
Ca. 1000 meter til start, følg merkebånd, samme start for alle klasser unntatt N-åpen (Råtass) som har start på samlingsplass.

Det er startpost.

NB!

Veien til start krysser riksveien to ganger, det er skiltet at o-løpere krysser vei, men løperne må å utvise aktsomhet ved kryssing av veien!

Kart: Holskogen, utgitt 2017
Målestokk 1:10 000, 5m ekv.

Kartene er trykket på plast! Det er derfor ikke i plastlommer.

Kart til løpere i N og C klassene på samlingsplass, i sekretariatet.SMÅSM

Terreng: Terrengtet er typisk kystnært, grovkupert med markerte åser bestående av endel svabergområder og stup og skrenter. Oppe på åsene er det relativt god løpbarhet og god sikt med mye åpen furuskog. Mellom åsene er det noen traktorveier og store stier, i tillegg noen små stier som er kan være mer krokete ellers terrengtet. I dalsøkk og laveliggende områder kan det gjerne være mer tett krattskog og noen steder plantet barskog.

NB!

Løperne må respekttere skraverte områder på plener rundt hytteområdet og løpe i kanten av disse. Det forekommer påskeliljer i terrengtet og man må ta hensyn til disse.

Det blir rask og krevende orientering i et terreng de færreste har løpt i før. Løypelegger har lagt postene på en åskam, og dermed begrenset opp-og-ned løpingen til et minimum, men terrengtet er kupert. Det er åå denne årstiden god løpbarhet med enkelte partier med berg-i-dagen og noen stier.

GENERALSPONSOR



HOVEDSPONSORER



LEVERANDØRSPONSORER



SØRLANDET
OSTEOPATI & FYSIOTERAPI



KRISTIANSAND ORIENTERINGSKLUBB

TILSLUTTET NORGES IDRETTSFORBUND OG NORGES ORIENTERINGSFORBUND



Løperne i B-løypa må være oppmerksomme på at stien som er utydelig på kartet, også er utydelig i terrenget. Dette gjelder en sti som går fra startpost og nordvestover - og er sentral i deres strekk.

Oppvarming kan skje på sti sørøstover opp i terrenget, tilbake på sti de kom opp eller i et lite flatt område like ved start. De skal ikke løpe fremover, og det er poster i terrenget i himmelretning vest og nord og i mellom disse retningene ikke så langt frem i terrenget.

Postbeskrivelser: Løse postbeskrivelser fås ved start

Lørdag, mellomdistanse - klasser og løyper:

Herre	Lengde	Nivå	Løype	Dame	Lengde	Nivå	Løype
N-åpen	1,0 km	N	8	N-åpen	1,0 km	N	8
Utvikling N	1,8 km	N	7	Utvikling N	1,8 km	N	7
Utvikling C	1,8 km	C	6	Utvikling C	1,8 km	C	6
Utvikling B	2,1 km	B	5	Utvikling B	2,1 km	B	5
H11-12	1,8 km	C	6	D11-12	1,8 km	C	6
H13-14	2,1 km	B	5	D13-14	2,1 km	B	5
H15-16	3,0 km	A	3	D15-16	2,7 km	A	4
H17-20	3,5 km	A	2	D17-20	3,0 km	A	3
H21	4,0 km	A	1	D21	3,5 km	A	2
H35	3,5 km	A	2	D35	3,0 km	A	3
H45	3,0 km	A	3	D45	3,0 km	A	3
H55	3,0 km	A	3	D55	2,7 km	A	4
H65	2,7 km	A	4	D65	2,7 km	A	4
H75	2,1 km	B	5	D75	2,1 km	B	5

Åpen C	1,8 km	C	6
Åpen B	2,1 km	B	5
Åpen A	3,0 km	A	3

Premiering: Premier til alle t.o.m. 16 år
Premie til vinner i klassene D/H17-20 og D/H21
Gavekort hos Trimtex på kr 500,- trekkes blant de som deltar begge dager

Toalett: Fasilitetene er begrenset til et «portabelt camping-toalett». Vi oppfordrer til minst mulig bruk!

Småttroll: På samlingsplass, kr 30,-
Kiosk: Ja, mulig å betale med Vipps

Løypeleggere: Lørdag: Harald Eik
Søndag: Asle Kregnes

Teknisk delegert: Leiv-Terje Arnevik, Søgne og Songdalen OK

Løpsleder: Ingvild Mulen, 95893639

GENERALSPONSOR



HOVEDSPONSORER



LEVERANDØRSPONSORER



SØRLANDET
OSTEOPATI & FYSIOTERAPI

