



Verdal O-klubb inviterer til KM sprint søndag 19. mai 2019

- Kart:** Vinne, målestokk 1:5000, utgitt første gang i sprintnorm 2018, revidert 2019. Løpet går hovedsakelig på asfalt, gruslagte stier/veier og park. Terrengsko uten pigg anbefales.
- Arena:** Vinne skole. Merket fra E6 ved krysset E6/Jämtlandsvegen rett nord (øst) for Shell stasjonen ved E6 i Verdal. Parkering på og like ved arena (gratis).

NTOK og STOK har ulik klasseinndeling i KM. Hvilke klasser som gjelder for KM finnes i hver krets' regler. Hver enkelt løper melder seg derfor på i «sin» KM-klasse (gjelder for løper i begge kretsene).

Klasser NTOK: D/H 13-14, D/H 15-16, D/H 17-, D/H 40, D/H 50, D/H 60, D/H 70

Klasser STOK: D/H 13-14, D/H 15-16, D/H 17-18, D/H 19-20, D/H 21-, D/H 35, D/H 45, D/H 50, D/H 55, D/H 60, D/H 65, D/H 70

I tillegg til kretsmesterskapsklassene er det følgende klasser:

N1 (N-åpen, D/H -10), C-løype (D/H 11-12, Utvikling C 10 – 20, åpen C) og Åpen A.

I tillegg til KM sprint, som arrangeres med individuell start, vil det være knock-out sprint (semifinale «Runners Choice» og finale) for ungdoms-, junior- og seniorklasser (ikke KM). KM-sprint fungerer som prolog (kvalifisering) til Knock-out sprinten. Noen klasser vil bli slått sammen når semifinale heatene settes opp. Under Knock-out sprinten blir klasseinndelingen slik:

- D/H 13 – 16
- D/H 17 – 49
- D/H 50-

Mer informasjon vil komme i PM.

Alle til og med 12 år, samt Utvikling C 10 – 20 får utdelt kart i lagsposen. Åpen C får utdelt kart ved påmelding.

Løyper: Stipulert vinnertid på ca. 12 minutter for KM klassene og ca. 10 minutter for finale-heatene i Knock-out sprinten. Endelige løypelengder vil komme i PM.

Start: Første start KM kl. 11.00.
N1 (N-åpen, D/H -10) kan starte fra kl. 10.30.
C-løype (D/H 11-12, Utvikling C 10 – 20) og Åpen A har fri start mellom kl. 12:00 – 13:00.
Finaler starter ca. kl. 13:30. Endelig oppsett kommer i PM.

Tidtaking: EKT-brikke i klassene N1 (N-åpen, D/H -10), C-løype (D/H 11-12, Utvikling C 10 – 20) og Åpen A, utleie kr. 30,- pr. stk.
EmitTag i alle KM-klassene. Mulighet for å låne EmitTag for de som ikke har egen.

Vask: Våtklut

Påmelding: Via Eventor, frist onsdag 15. mai kl. 24.00. Påmeldingsavgift kr 120,- fra 17 år og kr 70,- for ungdomsklassene og de åpne klassene. Etteranmelding på Eventor fram til fredag 17. mai kl. 20.00 mot 50 % forhøyet startkontingent. Etter dette viser vi til direkteklassene. Påmeldingsansvarlig Ole Morten Frøseth tlf. 995 99 839.

Premiering: Medaljer i KM-klasser i henhold til NTOKs og STOKs regler. Annen premiering i henhold til NTOKs regler. Premier til de tre beste i hver klasse i Knock-out sprint.

Løypelegger: Tor Ove Hallem & Anton Bjartnes

Løpsleder: Inge Hafstad, fmtliha@fylkesmannen.no, tlf. 906 64 724

TD: Trond Svanøe-Hafstad

Kaffesalg på arena.

Velkommen!!