



# Innbydelse

**Fredag 5. juli – søndag 7. juli 2019**  
**Røros – Os – Dalsbygda**



Røros sentrum



Nørdalen – Os



Skarvdalen – Dalsbygda



## LØPSPROGRAM

### Fredag 5. juli 2019

**Arrangør:** Røros IL  
**Løpstype:** Sprint. Enkeltstart.  
**Samlingsplass:** Øra Idrettsanlegg, merket fra FV30  
**Parkering:** Øra Idrettsanlegg  
**Første start:** Kl. 18.30. Fristart for N-Åpen fra kl. 17.30.  
**Kart:** Røros sentrum Sør, Sprint-norm, Synfart og revidert 2019  
**Terreng:** Næringsområde, boligområder, idrettsbane-anlegg.  
Målestokk 1:4000  
**Vask:** Våtklut  
**Løpsleder:** Petter Gullikstad. **Løypelegger:** Hans Arild Skjevdal  
**Kontrollør:** Ivar Aukrust Osmoen

### Lørdag 6. juli 2019

**Arrangør:** Os IL  
**Løpstype:** Mellomdistanse. Enkeltstart.  
**Samlingsplass:** Røstvollen, Nørdalen. Merket fra Os sentrum, FV30.  
**Parkering:** Ved samlingsplass, langs vei.  
**Første start:** Kl. 12.00. Fristart for N-Åpen fra kl. 11.00.  
**Kart:** Nørdalen utgitt 2013 (revidert 2018). Målestokk 1:10.000  
Målestokk 1:7.500 for klasser fra 50 år og oppover.  
**Terreng:** Variert Nord-Østerdalsterreng. I den nedre delen: kupert, kontinentalt terreng skapt av nedsmeltinga etter siste istid med flate moer, bratte egger, raviner og detaljrikt grop-terreng. Resten av terrenget består av skråli av ulik karakter.  
**Vask:** Våtklut.  
**Løpsleder:** Jon Ola Kroken. **Løypelegger:** Ivar Aukrust Osmoen  
**Kontrollør:** Terje Schjølberg

### Søndag 7. juli 2019 (Dølaspretten)

**Arrangør:** IL Nansen  
**Løpstype:** Langdistanse. Fellesstart.  
**Samlingsplass:** Trøanvollen, merket fra FV30, bomvei kr 70 (Vipps kan brukes).  
**Parkering:** Ved samlingsplass, langs vei.  
**Første start:** Kl. 11.00. Fristart for N-Åpen fra kl. 10.00  
**Kart:** Skarvdalen. Utgitt 2010, revidert 2019. Målestokk 1:10.000  
Målestokk 1:7500 for klasser fra 50 år og oppover.  
**Terreng:** Bjørkeli, skogband, fjellterreng.  
**Vask:** Våtklut.  
**Løpsleder:** Halstein Kvangraven. **Løypeleggere:** Per Engebakken / Liv Meli  
**Kontrollør:** Atle Berg

Dølaspretten har et eget merke- og medaljesystem.

## Klasser og løyper

Små endringer i løpslengder kan bli gjort. Blir kunngjort i PM – ca 1 uke før løpene.

Klasser – Sprint på Røros Fredag 5. juli	Vanskelighets- grad	Løps- lengde(km)	Informasjon
H21	B	2,8	
D21, H19-20	B	2,6	
D19-20, H17-18, H35	B	2,5	
D17-18, H15-16, H45	B	2,4	
D15-16, D35	B	2,2	
D13-14, D15-20B, H13-14, H15-20B, Trim/Direkte	B	2,0	Trim/direkte har fri starttid på alle løp
D45, H55	B	2,0	
D55, D65, H65	B	1,7	
D75, H75	B	1,6	
D11-12, D13-16C, D17C H11-12, H13-16C, H17C	C	1,6	Løpskart deles ut i lagposser
D10, H10	C	1,5	
D11-12N, D13-16N H11-12N, H13-16N	N	1,5	Løpskart deles ut i lagposser
N-Åpen	N	1,5	Løpskart deles ut i lagposser. Fri starttid.

Mellomdistanse Os Langdistanse Dalsbygda	Vanskelig- hetsgrad	Løps- lengde Lør. 6.7 (km)	Løps- lengde Søn. 7.7 (km)	Informasjon
H21	A	6,0	15,0	
H19-20, H35, H40	A	6,0	12,0	
D21, H17-18	A	6,0	10,0	
D17-18, D19-20 H15-16, H45, H50	A	5,0	8,0	
D15-16, D35, D40 Trim/Direkte A	A	5,0	7,0	Trim/direkte har fri starttid på alle løp
D45, D50, H55, H60	A	4,5	7,0	
D55, D60, D65 H65, H70	A	4,0	5,5	
D70, D75, D80, H75, H80	A	3,0	4,0	
D13-14, D15-20B H13-14, H15-20B Trim/Direkte B	B	3,0	4,0	Trim/direkte har fri starttid på alle løp
D11-12, D13-16C, D17C H11-12, H13-16C, H17 C	C	2,0	3,0	Løpskart deles ut i lagposser
D10, D11-12N, D13-16N H10, H11-12N, H13-16N	N	1,5	2,5	Løpskart deles ut i lagposser. Enkeltstart i begge løp.
N-Åpen	N	1,5	2,0	Løpskart deles ut i lagposser. Fri start i begge løp

## Påmelding

Skjer via Eventor: <http://eventor.orientering.no>

Påmeldingsfrist er søndag 30. juni kl. 23.59.

Etteranmelding må skje innen onsdag 3. juli kl. 23.59 mot forhøyet kontingent.

Etter denne tiden henvises det til Direkte-løypene.

EMIT-brikker benyttes og oppgis ved påmeldingen i Eventor.

Brikker kan leies for kr 60 pr. løpsdeltakelse.

## Startkontingenter

	Innen ordinær frist	Etteranmelding
N Åpen	90	90
T.o.m. 16 år	120	180
F.o.m. 17 år	200	300
Trim / Direkte	150	150
Småtroll		30

## Premiering

Premier til alle løpere i N-Åpen og klasser opp til D/H-12. I klassene D/H 13-16 premieres en 1/3-del. I øvrige klasser premieres kun vinneren. Ingen premiering i direkteklaser.

## Barnepass

Det er tilbud om barnepass på alle tre løpene.

## Salg

Kiosk alle dager. Betaling med kontanter eller VIPPS - # 555105.

OBS: Ikke VIPPS på arena på søndag pga. svak mobildekning i Skarvdalen i Dalsbygda.

## Parkering

Nær arenaene - nærmere informasjon kommer i PM ca 1 uke før løpene.

## Kontaktinformasjon

Hjemmeside: [www.sommerlovene.nooreg.no](http://www.sommerlovene.nooreg.no)

Facebook: <https://www.facebook.com/Sommerlovene-i-Nord-Østerdal>

Løpsleder Røros: Petter Gullikstad  
e-post: [petgul1@hotmail.no](mailto:petgul1@hotmail.no), mobiltilf. 928 39 297

Løpsleder Os: Jon Ola Kroken  
e-post [o-kroken@online.no](mailto:o-kroken@online.no), mobiltilf. 404 49 449.

Løpsleder Dalsbygda: Halstein Kvangraven, mobiltilf. 913 68 749,  
e-post [halstein.kvangraven@flokk.com](mailto:halstein.kvangraven@flokk.com)

## Velkommen til flotte o-opplevelser i Nord-Østerdalen



### Våre samarbeidspartnere



OUTSTYR.NO



RørosBanken



REVISORKONSULT

TYNSET RØROS OSLO



RØROS HOTELL  
GRUPPEN



OS  
TREKULTUR



TROLLKROA



Røros E-verk    Infonett Røros

REMA 1000

Arbeidets Rett

folkl