

PM

UNGDOMSLØP 3

29. mai 2019



Orienteringsavdelingen i Sportsklubben Freidig har gleden av å invitere til årets ungdomsløp nr. 3 fra Fjellseter.

Parkering er på Øvre Fjellseter P-plass. Merket fra Fjellseterveien. 5 minutter å gå til arena.

Lagsposer deles ut i sekretariatet.

I lagsposer finnes startnummer, brikkelapper, startliste for klubben, PM, kart til alle klasser utenom 13-14, 15-16, 17-20 og 15-20B.

Kartet

Utsnitt av Freidig sin kartbase Bymarka nord. Målestokk 1:10.000, ekvidistanse 5 meter.

Om løyper og terreng

På kartet er det vist to strekninger med lilla stipling. Disse er tatt med for å knytte sammen ledelinjer for løyper med N-nivå. Strekningene er markert med røde og hvite bånd i terrenget. Se kart i lagspose eller oppheng på arena. Ved post 145, se kart i lagsposer, ble dette litt utydelig. Merking går fra bunn skiheis til posten.

Slep og utydelige stier som N- og C- løyper kommer i kontakt med merkes med gule merkebånd.

Postene sitter i noen områder tett. Sjekk postkoder nøye.

Flere løyper følger en smal og bratt sti nedover. Vis hensyn til hverandre.

Start

Første start er kl. 18:00. Det er ca 15 minutter (900 meter) å gå til start, for det meste i oppoverbakke.

Opprop 3 min før start for løpere med tidsstart.

N-åpen-løpere har ikke opprop og går i egen sluse ved start. Fri start etter brikkekontroll. N åpen kan også starte noen minutter tidligere enn 18.00.

Kart til ledsager i N åpen leveres ut på start. Ledsagerkart er sort/hvit kopi.

H/D 13-14, H/D 15-16, H/D 17-20 og H/D 15-20B får kartet ett minutt før start. Kartene for løperne i alle øvrige klasser er lagt i lagsposen.

Alle løpere skal bære startnummer som finnes i lagsposene. Av miljøhensyn legges ikke sikkerhetsnåler i lagsposene. Ved behov kan sikkerhetsnåler fåes i sekretariatet.

Klasser og løyper

Klasser	Ca løypelengde og nivå
N-åpen	1,8 km, N-nivå
D 10, H 10 (= D 9-10, H 9-10)	1,7 km, N-nivå
D 11-12 N, H 11-12 N	1,9 km, N-nivå
D 13-16 N, H 13-16 N	2,3 km, N-nivå
D 11-12, H 11-12, D 13-16 C, H 13-16 C	2,3 km, C-nivå
D 13-14, H 13-14, D 15-20B, H 15-20B	2,8 km, B-nivå
D 15-16, D 17-20	3,3 km, A-nivå
H 15-16, H 17-20	3,9 km, A-nivå

Løse postbeskrivelser

deles ut ved start til alle klasser. Postbeskrivelsen deles ut 2 min før start.

Spurtstrekk fra siste post til mål.

Online-resultater

Premiering

Full premiering i alle klasser, 13-20 år som gavekort fra Offtrack. Premieutdeling fortløpende etter at hver klasse er ferdig. Premieutdeling for N åpen starter kl. 19.00.

Salg/Servering

Kaker og kaffe m.m selges i salgsteltet.

WC på Fjellseterstua

Småttroll. Kr. 20

Løpsleder: Grete Berge Owren

Løypelegger: Simen Spets Storhov, Håkon Holstad, Vegard Kittilsen

Kontrollør: Vegard Hansen, Byåsen IL

Vi ønsker alle lykke til og god tur i skogen!

