



Imås IL



inviterer til mellomdistanseløp

AAOK Karusellen løp 8

onsdag 12. juni 2019

- Samlingsplass:** Myråsen barnehage, adresse Myråsen 9. Merket fra rundkjøring på fv. 420 ved Felleskjøpet/XL-Bygg. Parkering nederst i veien opp til Myråsen boligfelt. Merket til samlingsplass, 10 min å gå.
- Start:** Fri start kl. 17:00 – 18:30 alle løyper. Maks. 10 minutter å gå til start. Kartet utleveres i startøyeblikket. Deltakere opp til og med 12 år og alle nybegynnere får kartet utlevert på samlingsplass.
- Påmelding:** Påmelding i Eventor: <https://eventor.orientering.no/Events/Show/10898> innen 11. juni kl. 23:59, eller på samlingsplass fra kl. 16.30.
- Nybegynnere ønskes spesielt velkomne!** Det tilbys veiledning og om ønskelig følge rundt løypa. Påmelding for nybegynnere som ikke har tilgang til Eventor via e-post: kar-son@online.no. Oppgi navn og alder på alle som vil prøve seg.
- Startkontingent:** 50 kr for løpere t.o.m. 16 år, 90 kr for løpere f.o.m. 17 år. Brikkeleie kr 20,-. Gratis for nybegynnere.
- Kart/terreng:** Ågreheia, ekv. 5 m, utgitt 2017. Stedvis kupert, en del stier. Målestokk 1:5000 for løype 1 og 2, 1:7500 øvrige løyper.
- | Klasser og løyper: | Løyper: | Nivå: | Lengde: | Klasser: | Vinnertid: |
|--------------------|----------|-------|---------|--------------|------------|
| | Løype 1: | N | 1,8 km | N1, D1 og H1 | < 20 min. |
| | Løype 2: | C | 1,9 km | D2 og H2 | <21 min. |
| | Løype 3: | B | 2,8 km | D3 og H3 | 25 min. |
| | Løype 4: | A | 3,5 km | D4 og H4 | 29 min. |
| | Løype 5: | A | 4,2 km | D5 og H5 | 34 min. |
- I N-, og C-løyper kan flere løpe sammen. Løpere som er 10 år eller yngre må løpe i N1 og kan bruke tidtakerbrikke hvis de vil, men klassen har ikke tidtaking.
- Kvitteringsmetode:** EMIT-systemet benyttes. Brikke kan leies for 20 kr, gratis for begynnere.
- Resultater:** Se Eventor (<https://eventor.orientering.no/Events/Show/10898>). Løpet inngår i AAOK-karusellen.
- Premiering:** I AAOK-karusellen er det premie til alle opp til 16 år som har fullført minst 7 løp. I tillegg premie på løpet til alle til og med 12 år.
- Servering:** Løperdrikke.
- Løpsleder:** Karl Jørgen Songedal, tlf. 916 24 429, e-post: kar-son@online.no
- Løypelegger:** Kristen Daland