



TRIMTEX

PM – Huldersprinten 2019

**Fet O-lag ønsker velkommen til Huldersprinten 2019 med Trimtex-cup
søndag 2. juni 2019**

Fremmøte og Arena:

Parkering på anviste plasser med avstand inntil 400 meter fra samlingsplass.

Merket fra krysset RV22/FV170, ca 2 km øst for Fetsund, mot Bjørkelangen. Videre er det merket i avkjøringen fra FV170 i retning Hvalstjern Skistadion.

Samlingsplass på husmannsplassen Skauen, ved Hvaltjern Badeplass i Fet.

Merket med røde/hvite bånd fra parkering til samlingsplass

Offentlig transport:

Tog til Fetsund, buss 881 til busstopp Heia, ca 4 km fra Fetsund.

Kart:

Skauen, utgitt i 2019, målestokk 1:10000 (1:7500), 5 m ekvidistanse. Trykket på vannfast papir. Størrelsen på steiner som er tatt med er ikke alltid like konsekvent. Spesielt i de åpne delene av terrenget er det flere mindre, men tydelige steiner som er tatt med.

Klassene N-åpen, N2-åpen, C-åpen, B-åpen, Utv. N: D/H 11-16, Utv. C: D/H 11-16, D/H 9-10, D/H 11-12, Utv. B: D/H 11-16, samt D50 + eldre, og H60 + eldre har målestokk 1:7500. Øvrige klasser har målestokk 1:10000.

Kart for alle N-klasser, Utv. N og klasser tom. 12 år, fås utdelt før start og blir lagt i lagsposer som hentes på løpskontoret.

Følgekart for ledsagere fås også utdelt på løpskontoret. Det finnes også noen backup-ledsagerkart på start.

NB! Husk å ta med kartet til start.

Kart blir ikke samlet inn etter målgang og det oppfordres til fair play, slik at løpere som ikke har løpt unngår å få se kartet før start.

Terreng og løyper:

Nybegynnerløyper går i et område med relativt mange tydelig stier og veier. Middels kupering.

For de lengre løypene vil løperne komme inn i områder med fint villmarks terreng. Store deler av dette er i åpen furu og granskog som innbyr til fart. I dette området er det lite stier som stiller basis o-kunnskaper på prøve. Det er bare å glede seg!

På slutten av løypene skal alle løyper som har start1, krysse en ås og orienteringen endrer karakter og blir litt enklere, men samtidig er det her partier med litt tettere vegetasjon.

Poster:

Postene ligger stedvis tett, så husk å sjekke postkoder.

Det er noen tur-o-poster i terrenget.



TRIMTEX

Start:

Startlister er tilgjengelig på nett og slås også opp på samlingsplass og ved start.

Første start kl. 11.00, N-åpen fra kl 10.00 – 13:00. Direkte klasser fra 11:00-13:00.

Det er 2 starter.

Start 2 for alle nybegynner klasser har ca 400 m til start merket sørøstover på sti langs vannet.

Klasse: D/H 9-10, Utvikling N (D/H 11-16), N2-Åpen, N-Åpen.

Start 1 har ca. 1200 m til start. Det er merket nordøstover fra samlingsplass på asfaltert lysløype og skogsbilvei. Alle øvrige klasser har denne starten.

Løse postbeskrivelser er tilgjengelig på start for alle klasser. Vær nøye når dere tar postbeskrivelser og kart.

Avstand fra start til startpost for Start 1 er ca. 80m, mens de korteste løypene har startpost på start. Det er oppslag om dette på start.

Klasser og løyper:

Oppdaterte løypelengder:

Klasser	Kart	Lengde
H17,	1:10 000	5,4 km
D17, H40, H45	1:10 000	4,3 km
D40, D45, H50, H55	1:10 000	4,0 km
D50, D55, H60, H65	1:7 500	3,7 km
D60, D65, D70, D75, D80, H70, H75, H80	1:7 500	2,9 km
Trimtex Cup: D15-16	1:10 000	4,1 km
Trimtex Cup: H 15-16	1:10 000	4,6 km
Trimtex Cup D/H 13-14	1:10 000	3,1 km
Utvikling B (D/H15-16 B) + B Åpen	1: 7 500	3,1 km
D/H 11-12, Utv C (D/H 13-16)	1: 7 500	1,9 km
N2 Åpen	1: 7 500	2,4 km
C Åpen	1: 7 500	2,6 km
D/H 9-10, Utvikling N (D/H 11-16)	1: 7 500	2,3 km
N Åpen	1:7 500	1,5 km
A Åpen	1:10 000	5,1 km

Elektronisk kvitteringssystem:

Løperne må benytte egne Emit-brikker. Husk å nulle brikken ved start!

Det er løperens ansvar at hun/han løper med riktig brikkenummer. Sjekk dette mot startlister.

Løping med feil brikke medfører diskvalifikasjon.

Løse backuplapper finnes tilgjengelig ved start.

EMIT-brikkeleie (så langt beholdningen rekker) kr. 40,-. Tapt brikke må erstattes med 600 kroner.



TRIMTEX

Drikke:

Løperdrikke er tilgjengelig ved mål.

Premiering:

Premier i henhold til NOF's reglement.

Toaletter:

Dame- og herretoaletter er latrine i skogen nord for arena.

Det er også to offentlige toaletter for badeplassen ved inngang til arena.

Det er merket til toaletter fra arena.

Det er ikke toaletter på start.

Sanitet:

Det er sanitetstjeneste på samlingsplass.

Vask:

Våtklut.

Bademuligheter:

Det er gode bademuligheter på eget ansvar i Hvalstjern. Vi kan dessverre ikke love så varmt vann.

Salg:

Det er salg av kaffe, brus, rundstykker, frukt, kaker og vafler, samt grillvarer i kiosk og salgsbod på samlingsplass.

Det er mulighet for betaling med kontanter og VIPPS.

Småttroll og Barnepark:

På samlingsplass. Se Arenakart.

Arena er særdeles barnevognvennlig

Småttroll løype fra kl. 10:00 til 13:00. Kr. 30,-

Barnepark er gratis.

Løpsledelse:

Løpsleder: Øyvind Helmersen, e-post oyvind.helmersen@no.abb.com, telefon 906 83 696

Løypelegger: Heidi Tronbøl og Asgeir Lium

Teknisk delegert: Stein Blomseth, Lillomarka. stein.blomseth@gmail.com

Etteranmelding:

Via Eventor <http://eventor.orientering.no/Events> innen fredag 31.mai. i kl. 18:00 Etter denne fristen på e-post tombergan.privat@gmail.com, eventuelt på løpsdagen inntil kl 10:00 dersom ledige kart.

Direkteklasser kan meldes på frem til kl. 12:00 dersom ledige kart.

Vis hensyn til andre turgåere:

Terrenget er i utstrakt bruk for andre utøvere. Det kan treffes på både syklist, rulleskiløper og andre turgåere så vis hensyn og se dere for ved kryssing av turveier og rulleskiløyper.



TRIMTEX

Trimtex Cup:

For klassene D/H 13-14 og D/H 15-16 inngår Huldersprinten som det 4. løpet i årets Trimtex Cup.

Startnummer:

Alle løperne i Trimtex Cup skal løpe med startnummer. Startnummer for Trimtex Cup klassene finnes på start. Det er løpers ansvar å finne riktig startnummer og feste skikkelig med sikkerhetsnåler.

Spurtstrekk/klatrestrekk:

Spurtstrekk for Trimtex Cup er fra siste post og til mål.

Det er for Trimtex Cup klasser innlagt et klatrestrekk.

D 15-16	Post 9-10
H 15-16	Post 9-10
D/H 13-14	Post 8-9

Trøyer for Trimtex-cup deles ut på samlingsplass før løpet.

Trøyene deles ut av speaker på Arena ca. kl. 10:20. Løpere som skal ha trøye og ikke er tilstedet ved opprop bes henvende seg til løpskontoret.

Trøyene skal leveres tilbake til løpskontoret etter løpet.

Følgende løpere skal løpe med **Trimtex-cup trøyer**:

Ledertrøyer (gule):

D13-14 Ingeborg Roll Mosland, Oppsal Orientering

D15-16 Pia Young Vik, Nydalen SK

H13-14 Martin Christoffer Borg, IL Koll

H15-16 Sigurd Rødnes, Oppsal Orientering

Klatretrøyer (rød/hvite):

D13-14 Eira Skaarer Wiklund, Nydalen SK

D15-16 Marie Saugestad, Nydalen SK

H13-14 Nils Anders Niklasson, Kolbotn og Skimt OL

H15-16 Kasper Bakken Ulseth, Nydalen SK

Spurttrøyer (grønne):

Jente: Nora Christine Hansen, Asker Skiklubb

Gutt: Teodor Mo Hjelseth, Nydalens SK

Totalstillingen i Trimtex-cup:

<https://eventor.orientering.no/Standings/View/Series/544>