NITTEDAL ORIENTERING

INVITERER TIL

KM MELLOMDISTANSE

for AOOK og

TRIMTEX-CUP

H/D 13-14 og H/D 15-16



Søndag 08. september 2019

TRIMTEX

ARRANGØR: NITTEDAL ORIENTERING

KM MELLOMDISTANSE FOR AOOK OG **TRIMTEX CUP** 2019

08. september 2019

TRIMTEX-CUP 2019	KM mellomdistanse er løp nummer 8 av 9 i AOOK´s Trimtex-cup. Dette gjelder klassene D13-14, H13-14, D15-16 og H15-16. Mer info finner du på: ***http://www.orientering.no/kretser/akershus-og-oslo/aktivitet/trimtex-cup/***
SAMLINGSPLASS	Ved skistua på Sørli i Nittedal.
MERKET FRA	Veikryss på R4 avkjøring mot Nittedal stasjon ved Rotnes
PARKERING	300-1000 m å gå langs vei.
OFFENTLIG TRANSPORT	Tog: 900m fra Nittedal stasjon til samlingsplass.
START	Fellestart for klasse H/D 11-12 fra samlingsplass Kl. 10:30. Fellesstarten kan løpes av H/D -10. N-Åpen har fri start fra kl. 10:00 Øvrige klasser kl. 11.00. Avstand til start ca 1000 meter og ca. 80 høydemeter opp.
PÅMELDING	Via Eventor: ***https://eventor.orientering.no/Events/Show/10573*** innen mandag 2. september mai kl. 23.59 Kontaktperson påmelding: lopsleder@nittedalorientering.no
ETTERANMELDING	Fram til lørdag 7. september kl. 20.00 via Eventor. Direktepåmelding i direkteklassene løpsdagen på samlingsplass. Siste start 12:00
PÅMELDINGSAVGIFT	D/H-16 og Utviklingløypene kr. 100,- D/H17- kr. 200,- Etteranmelding + 50 % Direkteløyper kr. 200,- *Regning sendes klubbene etter løpet.*
PREMIERING	Etter NOFs regler
KART	Ørfiskebekken - utgitt 2019.
TERRENG	Variert terreng fra åpen fin skog øverst med litt mer tett skog lengst ned mot arena. Lettløpte traseer for de korteste løypene.
SALG	Salg av kaker og kaffe på samlingsplass.
BARNEPARK	På samlingsplass
SMÅTROLL	På samlingsplass - kr. 30,-
LØPSLEDER	Terje Christoffersen Mail: lopsleder@nittedalorientering.no
LØYPELEGGERE	Haakon Ingvaldsen
KONTROLLØR	Øyvind Helmersen, Fet O-lag
HJEMMESIDE	http://www.nittedalorientering.no/

KM MELLOMDISTANSE FOR AOOK OG **TRIMTEX CUP** 2019

08. september 2019

KLASSER OG LØYPELENGDER

KONKURRANSEKLASSER	LENGDE	MÅLESTOKK	NIVÅ
H 21	5,7 km	1:10000	A
H 19-20, H 35, H 40	5,4 km	1:10000	A
D 21, H 17-18, H 45	4,9 km	1:10000	A
D 19-20, **D 17-18**, D 35, D 40, H 50	4,3 km	1:10000	A
D 45, D 50, H 55, H 60	3,7 km	1:7500	A
H 15-16	3,6 km	1:10000	A
H 13-14	3,3 km	1:10000	B
D 15-16	3,4 km	1:10000	A
D 55, D 60, H 65, H 70	3,1 km	1:7500	A
D 13-14	2,9 km	1:10000	B
D 65, D 70, D 75, D 80, H 75, H 80	2,5 km	1:7500	A
D 11-12*, H 11-12*	2,3 km	1:7500	C
D-10 , H-10	1,9 km	1:7500	N-2

KM-klasser uthevet. ** Fellesstart kl. 10:30 for disse klassene*

DIREKTE- OG UTVIKLINGSKLASSER	LENGDE	MÅLESTOKK	NIVÅ
Dir A	5,1 km	1:10000	A
Dir B	3,5 km	1:10000	B
Dir C	2,7 km	1:7500	C
N-Åpen	1,4 km	1:7500	N
U-B 12-20	3,5 km	1:10000	B
U-C 10-20	2,7 km	1:7500	C
U-N 10-20	1,5 km	1:7500	N-2

Direkte- og Utviklingsklassene har fri start og forhåndspåmelding/direkte påmelding. Utviklingsklassene (starter med U) er i henhold til NOF's prøve-ordning med nytt klasse- og løypetilbud for barn og ungdom. Det er tillatt med skygging, ledsager og/eller samløp i alle utviklingsklasser.

Vi tar forbehold om justeringer av løypelengdene og sammenslåing av klasser ved liten deltakelse.

TRIMTEX