



**TIF Viking O-gruppe innbyr til
nærløp i ORIENTERING
POKALKAMP løp nr. 6 / 2019 i Bergensregionen
tirsdag 10. september 2019**

ARENA

Sædalen Skole - Nye Sædalsvegen 190 Ligger i Indre Sædalen, ca 10 km fra Bergen sentrum
- Via Birkelundstoppen eller Nesttun.

Linje 2 fra busstasjonen til Birkelundstoppen
Linje 80 fra Birkelundstoppen til Sædal snuplass, eller

Bybane til Nesttun
Linje 80 eller 99 til Sædal snuplass (flere avganger enn via Birkelundstoppen)

Rutetider på: www.skyss.no

Lett adkomst med barnevogn fra parkering til samlingsplass.

PARKERING:

0 - 1000 meter fra samlingsplass. Parkering ved parkeringsplass og langs vei. Det er lite parkeringsmuligheter i området, og det anbefales samkjøring. Kan bli langt å gå for de som må parkere lengst unna.

KART

Utsnitt av landåsfjellet, utgitt 2017, justert noe 2018/19,

målestokk 1:5000, ekvidistanse 5 m for Løype N og C.
målestokk 1:7500, ekvidistanse 5 m for Løype B, AK og A.
målestokk 1:10000, ekvidistanse 5 m for Løype AK og A.

Løperne i løype A og AK kan selv velge om de vil ta kart i målestokk 1:10000 eller 1:7500.
Yngre løpere bør velge kart i målestokk 1:10000 for å tilvende seg denne målestokken som er vanlig på nasjonale løp.

UTSKRIFT

Jørn Torgersen, NOF autorisert.

TERRENG

Kupert bergsterreng, myrlendt, blanding av lauv- og barskog. Mange åpne områder. Mange stier er vanskelig å se, da det har grodd mye gress og annen vegetasjon i sommer. Delvis tungt løpsterreng, men også områder hvor løpbarheten er god.

START

Fleksi-start mellom kl. 17:30 og 18:30.

Der er tre starter!

Start 1 : A- og AK-løypene : 1,7km, moderat stigning langs vei.

Start 2 : B-løypen : 1,5km, moderat stigning langs vei.

Start 3 : C og N-løypene : ca. 100m

LØYPER / KLASSER

Mye stiløping i alle løyper. Varierende vanskelighetsgrad i A-løypene. B-løypen har gode ledelinjer på alle strekk. C-løypen er nærmere N-nivå.

Nybegynnerløype	ca 1,0 km: D/H-10N, D11-12N, H11-12N, D13-16N, H13-16N, Åpen N
C-løype	ca 1,7 km: D-10, H-10, D11-13, H11-13, Åpen C
B-løype	ca 2,5 km: D12-14, H12-14, D50-, D65-, Åpen B
A-kort løype	ca 3,1 km: D15-16, D17-, H15-16, H50-, H65-, Åpen AK
A-lang løype	ca 3,9 km: D19-, H17-

Åpen N er for løpere/ledsagere over 16 år, Åpen C er for løpere/ledsagere over 13 år.

I C-løypen kan evt. ledsager «skygge», men skal ikke hjelpe barna til mange poeng.

Kart som viser nybegynnerløypen og C-løypen vil være tilgjengelig i Eventor senest søndag kveld før løpet.

Iht pkt. 9.1 i konkurransereglene kan løpere født i 2004 eller tidligere velge å starte i H17-, og jenter født i 2004 eller tidligere velge å starte i D17- eller D19-.

START OG UTLEVERING AV KART

Løse postbeskrivelser for A- og B-løypene ved start, postbeskrivelsene finnes også på kartet.

Kart til A-løypene tas i startøyeblikket. Kart til B-løypen tas 1 minutt før start.

Kart i N- og C-løypene utleveres på arena. Husk å ta med kart før du går til start.

STEMPLINGSSYSTEM

EMIT. Brikker til leie for kr. 25,-.

STARTKONTINGENT OG PREMIERING

Kr. 50,- pr. løper.

Ingen premiering, men sammenlagtpremiering iht [regionens regelverk](#) etter sesongslutt.

PÅMELDING

Forhåndspåmelding via Eventor innen mandag 9.september kl. 22:00

Forhåndspåmeld deg hvis du tror du skal delta, det sendes kun faktura for faktisk startende. Etterpåmelding på arena løpsdag er mulig, men vil kunne medføre ventetid. Vær tidlig ute!

LØPSLEDER

Vemund Hansen, 916 43 133, vemund77@gmail.com

LØYPELEGGER

Jørn Torgersen, 480 86 393, jtorger@online.no

KONTROLLØR

Trygve Buanes, 480 58 430, trygve@buanes.net

**TIF Viking O-gruppe ønsker alle
VEL MØTT!**