



PM



Lagsposer og startnummer:

Hver klubb må hente lagspose i sekretariatet. Posen inneholder startnumre og sikkerhetsnåler. Håndskrevet side av startnummeret skal ut.

Start:

Alle stafettklasser starter samtidig kl 12.00.

Første-etappeløpere **går inn i startbåsen noen minutter før start og nnuller brikkene.** Deretter stiller løperne opp ved sitt kart som ligger på bakken. Kartene har lagets startnummer skrevet på baksiden. Kartet tas opp i startøyeblikket. Det er ingen startpost.

Deltakere i lagkonkurransen har fri start mellom 11.30 og 13.00.

Passering underveis

Alle stafettetapper passerer samlingsplass to ganger underveis. Merk at gressplenene på samlingsplass er forbudt å løpe på under konkurranse. Veiene som krysser gressplenene, og som står på kartet, er tillatt å løpe på. Passeringene underveis fører til mye løping gjennom samlingsplass på vei.

Veksling:

Innløp til veksling og utløp etter veksling er langs samme vei. Det er ingen merking fra siste post, men alle løpere vil naturlig komme fra siste post på samme vei. Ved veksling må vekslingsslusene følges. Løpsretningene er skilt med sperrebånd. Vekslingsprosedyre innkommende løper:

1. Innkommet løper registrerer brikk på målbukk kode 100.
2. Innkommet løper leverer løpskart til arrangør
3. Innkommet løper finner neste etappes kart på tavla og gir det til utgående løper over sperrebåndet
4. Utgående løper løper ut. Det er ingen startpost.
5. Innkommet løper leser av brikk i det gule tidtakerteltet.

Utgående løper på 2. og 3. etappe må huske å nulle brikk før veksling. Tidspunktet har ingen betydning, bare det gjøres før start.

Målgang:

Som ved veksling, med unntak av punktene 3 og 4. Ved spurtoppgjør vil måldommer avgjøre rekkefølgen i mål.

Fellesstart

For lag som etter hvert henger langt etter i stafetten, vil fellesstart bli annonsert.

Lagkonkurranse:

Lagkonkurransen er for barn inntil 12 år hvor 2-4 løpere løper sammen. Det er også mulig å løpe alene. Kart fås i lagsposen eller i sekretariatet. Deltakere i lagkonkurransen kan skygges av ledsagere, hvis ønskelig.

Premiering/ premieutdeling:

Klasser under 17 år: Medaljer i D 13-16 og H 13-16. Premier til minst 1/3 av antall startende lag.

Klasser 17 år og oppover: Medaljer i D 17- og H 17-. Øvrige klasser premier til minst 1/8 av antall startende lag.

Alle deltagere i lagkonkurransen får premie.

Premieutdeling gjøres samlet så snart resultatet for alle klassene er klare.

Jury:

Tilstedeværende styremedlemmer i VAOks og AAOKs kretsstyrer.