



# PM

## Larviksløpet i orientering

onsdag 9. oktober 2019

Larvik OK ønsker alle velkommen til vårt særegne løp, nemlig "Larviksløpet" i orientering. Vi tror at dere må skru på lykten senest 18:45. Alle har fellesstart.

### Logistikk

Siden start og mål er på ulike plasser, blir det litt logistikk. Fint om deltakerne snakker sammen og fikser sjåfør til start. Arrangøren planlegger for sjåførere som kan kjøre deg ut til start etterpå, om man parkerer bilen på start. Det er flere plasser for gratis parkering overalt rundt arena. Tips er nede på Tollerodden eller gamle Torstrand skole. Også mulig med buss (Rute 01) fra Larvik stasjon kl. 17:12 og 17:42.

Vi sørger for tøy til mål fra de ulike startene.

### Start

Løype	Fellesstart	Startsted
A-lang	18:00	Pumpeparken i Stavern sentrum (like nord for CircleK)
A-kort	18:15	Rema Stavern (rundkjøringen ved Solli/Lillejordet)
C-løype	18:30	Rødbergsvingen (nordre del)

Det vil bli litt hektisk for startfunksjonærene å nå fram til alle startene. Slik at dere må bare avvente ved startposten til vi rekker fram fra forrige start. Forhåpentligvis akkurat i tide.

Nullingen foregår før start. Tiden tas fra fellesstarttiden, slik at det er førstemann til mål som gjelder. Ikke «finn på» å komme for sent til start. For hele startpersonalet raser videre til neste start 1 minutt etterat fellesstartene går.

### Kart og løyper

Det blir benyttet ulike kart, men alle skal være plastkart. Det starter med 1:4000, så 1:5000 og til slutt 1:4000. Postene har refleksbånd.

Løypene blir en lett blanding av urbane sprintstrekk med asfalt og parker, samt skogområder med både krevende poster og røft terreng. Samt noen gode langstrekk med flere veivalg. Det kommer også noen rene transportstrekk forbi uinteressante o-tekniske områder i en slik gjennomgangsløype.

Det er en obligatorisk kryssing av f.v. 301 for A-lang. Dette skal foregå på et gangfelt. Vi ber dere om å vise aktsomhet også når dere løper på mindre veier i sprintområdene i Stavern og Larvik.

Ett veivalg krysser jernbanelinjen. Krysningspunktet er tegnet inn på kartet. Ved rødt lys må løperen vente på gult klarsignal, evt. velge annet veivalg.

Mål blir i Ellevilla på Tollerodden (Colin Archers gate 4). Her er det toalett innendørs.

Det anbefales o-sko med knotter (ikke pigg), da det blir kombinasjon av terreng og asfalt.

Løype	Løypelengde	Poster	Antall kart	Kartbytte	%-andel asfalt
A-lang	9,3 km	32	4	1	70%
A-kort	6,0 km	22	3	1	50%
C-løype	3,9 km	15	2	0	70%

Merk at det det kan være kart på begge sider, slik at du skal snu underveis. Det blir kartbytte på A-lang og A-kort. Mens C-løypen får alle sine kart på start, men på begge sider.

### Spørsmål

Løpsleder – Per Olav Gulbrandsen (M) 41 300 777 eller pogulbrandsen@gmail.com