



SUPERFINALEN 2019!

*Sandbakken, søndag 27.oktober klokka 1200
For medlemmer og venner av Oppsal Orientering*

I sesongens siste (?) klubbkonkurranse skal vi kåre klubbens beste løper - uansett klasse. Er det den ivrige ungdommen, den topptrente juniorjenta, den rutinerte veteranen eller en slu 40 pluss-løper? Prestisjeduellene i interne "famiemesterskap" blir ekstra krydder - her kan mye stå på spill for mange!

HVORDAN GJENNOMFØRES SUPERFINALEN?

Alle deltagerne løper samme løype på ca 4,5 km, men starter klassevis på ulikt tidspunkt (se detaljer under). Første løper i mål vinner!

STARTREKKEFØLGE KLASSER:

D70 og D75 starter først, klokka 12:01. Deretter i rekkefølge, med ujevne mellomrom: D60, H75, H70, D50, H60, D/H13-14, D15-16, H55, D40, H50, D17-20, D21, H50, H15-16, H40, H17-20 og H21. Det finregnes nå på kilometertider i ulike klasser i utvalgte løp for å få det så jevnt som mulig - målet er at alle skal ha en fair sjanse til å vinne og vi håper å få til en rettferdig startliste!

BONUSSEKUNDER:

Alle klubbens løpere har hatt mulighet til å skaffe seg bonussekunder under årets tre klubbmesterskap; sprint, normaldistanse og natt. Forklares i PM, men over 30 løpere har sikret seg bonussekunder!

1. Klubbmesterne får 30 sekunder, deretter 20 og 10 for andre- og tredjeplass. Litt ulik bonus-utdeling i de forskjellige mesterskapene, mer info kommer i PM.

2. Arrangører av klubbmesterskap får 15 sekunder bonus for “sitt” arrangement.

PÅMELDING:

I eventor innen torsdag 24.oktober kl 2100. Husk å søke på “Nær- og klubbløp”.
Etteranmelding mulig på løpsdagen så lenge det er ledige kart.

ARENA, KART OG TERRENG:

Start og mål blir ved Sandbakken sportsstue. Parkering på utfartsparkeringen til Sandbakken, og ca 10 min å gå. Kartet er ikke helt nytt, men holder god kvalitet. Flott terreng med noe mindre stier enn andre steder i Østmarka. Målestokk 1:10000.
Målestokk 1:7500 kan ordnes, kryss av på “Bestill tilleggstjenester” ved påmelding. Løypa vil holde A/B-nivå. Det er sparsomt med publikumsposter, og det trengs vel heller ikke, for her bør jo alle delta!

NYBEGYNNERE/FERSKE LØPERE:

Det vil også bli en enkel løype med C/N-nivå. Fri start fra arena.

Dersom noen C- eller N-løpere ønsker å løpe Superfinalen er det bare å melde seg på, så vil vi finne en starttid tidlig i startfeltet - men løypa har altså A/B-nivå! (Men her blir det jo mye folk i skogen og fullt mulig å finne fram). N-løpere MÅ ha følge av foreldre - dette blir for vanskelig for de minste på egenhånd. Voksne begynnere/C-løpere bør absolutt prøve seg!

SERVERING:

Ta med løperdrikke selv. Vi satser på å støtte opp om Sandbakken sportsstue etter løpet.

PREMIERING:

The winner takes it all!

SPØRSMÅL? LYST TIL Å BIDRA?

Hvis du lurер på noe, eller ikke kan løpe, men gjerne vil hjelpe til, f.eks med start- og mål-logistikk -kontakt løypelegger/løpsleder Arild, 41456331/arildand@gmail.com