

# HULDERSPRINTEN 2020



Fet O-lag inviterer til Huldersprinten og  
Trimtex-cup søndag 21. juni 2020.

**TRIMTEX**

Andre del av «Romerike 2-dagers»

- Tid:** Søndag 21. juni 2020.
- Arena:** Samlingsplass på husmannsplassen Skauen, ved Hvaltjern Badeplass i Fet.
- Adkomst:** Merket fra RV170, 4 km øst for Fetsund, mot Bjørkelangen
- Offentlig transport:** Tog til Fetsund, buss 881 til busstopp Heia, ca 4 km fra Fetsund.
- Parkering:** Gode romslige parkeringsplasser om lag 500 meter fra samlingsplass
- Smittevern:** Personer som har symptomer på luftveisinfeksjon skal ikke delta (heller ikke ved milde symptomer). Dette gjelder også personer som er i karantene eller isolasjon. Personer i risikogruppe anbefales på generelt grunnlag å ikke delta i arrangementer.  
Vi gjør oppmerksom på at arrangementet kan bli avlyst på kort varsel etter pålegg fra myndighetene. Rammene for løpet kan også bli endret i tiden frem til løpet. Vi ber om at alle deltakere leser gjennom «Veileder for lokale orienteringsløp», utarbeidet av Norges Orienteringsforbund, 12. mai. Se vedlagte dokument.  
Løpet har en smitteverngruppe bestående av erfaren sykepleier som hovedansvarlig. Teamet har en smittevernansvarlig ved start og en ved mål. Anvisningene fra smittevernansvarlig skal etterkommes.
- Påmelding:** Påmelding i Eventor. Det er forbeholdt klubber og løpere fra AOOK. Påmeldingsfrist er torsdag 18. juni kl. 23:59. Det er ikke mulighet for etteranmelding, ei heller vil det være direkteklasser eller direkte påmelding på løpsdagen.
- Brikkesystem:** Vi bruker Emit touch-free stempling, så meld deg på med din emiTag brikke. Løpere som ikke har egen brikke kan leie for kr. 30,-. Det er selvbetjening av opphengte brikker på samlingsplass.
- Trimtex-cup:** Løpet inngår i Trimtex-cup for 2020. Dette er en regional cup for ungdommer i alderen 13 til 16 år. Det vil hverken være løpstrøyer eller startnummer i disse klassene for dette løpet.
- Kart:** Skauen, utgitt i 2019, målestokk 1:10 000, ekvidistanse 5 meter. Enkelte klasser har målestokk 1:7500, se klasseoversikt. Kartet er laserprintet og i vannfast papir.
- Terrang:** Stort sett lettløpt, småkupert og stifylt nærterreng for de korteste løypene. De lengre løypene går innom et noe mer kupert terreng, men med noen partier virkelige flott terreng med furuskog og større myrpartier som innbyr til høyere løpshastighet. Terrenget byr på fine rygger, men noen tette søkk.



## HULDERSPRINTEN 2020

Klasser:

Endelige løypelengder for hver klasse angis i PM.

Klasse	Lengde	Nivå	Målestokk
Skygge (for de som skal skygge en N-løper)			1:7.500
N åpen	1,9	N1	1:7.500
N2-åpen	2,1	N2	1:7.500
D 9-10, H 9-10	2,1	N2	1:7.500
D 11-12, H 11-12	2,0	C	1:7.500
Utvikling N: D/H 11-16	2,1	N2	1:7.500
Utvikling C: D/H 13-16	2,5	C	1:7.500
D/H 17 C	2,5	C	1:7.500
D 13-14, Trimtex	4,5	B	1:10.000
H 13-14, Trimtex	5,0	B	1:10.000
D 15-16, Trimtex	5,2	A	1:10.000
H 15-16, Trimtex	6,4	A	1:10.000
D 17-20	6,6	A	1:10.000
H 17-20	7,2	A	1:10.000
D 21	7,2	A	1:10.000
H 21	7,5	A	1:10.000
H 40	6,6	A	1:10.000
D 40/H 50	5,1	A	1:7.500
D 50/H 60	4,3	A	1:7.500
D 60, D/H 70	3,3	A	1:7.500

Påmeldingsavgift: Løpere t.o.m. 16 år: kr 80,- , f.o.m. 17 år kr 160,-.  
Faktureres klubbvis etter løpet.

Start: Det vil bli gjennomført klubbvis start der maksimalt 3 løpere starter pr minutt. Startlistene blir lagt ut dagen før løpet og deles inn i startbolker av maks 200 deltagere (i hht FHIs regler). Det er 1 times pause imellom hver startbolke.

Startbolke 1: Første start kl. 10:00.  
Startbolke 2: Første start forventet ca kl. 12:00.  
Startbolke 3: Første start forventet ca kl. 14:00.

Starten er ca. 1000 m fra samlingsplass.  
Den enkelte løper møter ferdig oppvarmet, uten overtrekkstøy til start tidligst 10 min før starttid.

Smittevern på start: Før løperne går inn i startbåsen skal alle utføre hånddesinfeksjon og sprite av sin Emit touch free- brikke. Det vil det være en smittevernperson som påser at dette gjennomføres. . Info om dette vil være på start.

Det vil ellers være god plass i startområdet og i hver startbås for den enkelte til å holde den anbefalte avstanden satt av FHI på 1 meter.

Kartene vil bli lagt på bakken klar til den enkelte før start av ansvarlig ved start med kartsiden ned. Denne tas i startøyeblikket.



## HULDERSPRINTEN 2020

- Mål:** Målposten vil være ca 50 meter fra avlesningen. Etter stemping på målposten skal alle løpere innom smittevernsplassen å utføre hånddesinfeksjon og sprite brikke før de går videre til avlesing. Her vil det være smittevernsansvarlige ved mål som kontrollerer dette. Den enkelte bes å holde avstand til andre løpere etter målgang. Det vil ikke være mulig å printe ut strekktidslapper etter målgang.
- Løperdrikke:** Løperdrikke vil ikke bli gitt etter målgang. Hver enkelt tar med sin egen drikke.
- Resultater:** Det vil ikke være oppslag av resultater i målområdet. Resultatene vil kontinuerlig bli lagt ut på nettet, samt i Eventor i løpet av kvelden på løpsdagen. Info om dette kommer i PM.
- Premiering:** Det vil ikke bli arrangert premiering etter løpet.
- Sanitet:** Det vil være Sanitet i målområdet.
- Toaletter:** Det vil være toaletter på samlingsplass, men ikke på start.
- Løypelegger:** Torgeir Skjønhaug
- TD:** Per Aas, Raumar. Tlf.: 917 53 906.
- Løpsleder:** Øyvind Helmersen. Tlf.: 906 83 696.

Følgende tilbud vil ikke være tilgjengelig under løpet:

- Salg:** Det vil ikke være kiosk eller salg på løpet.
- Småttroll:** Det vil ikke være småttroll.
- Barnepark:** Det vil ikke være tilbud om barneparkering.
- Vask:** Det vil ikke være dusjtilbud etter løpet.
- Tøyfrakt:** Det vil ikke være frakt av tøy fra start til mål.

**HUSK:** NOF's policy for dette løpet: KOM – LØP – DRA.  
Avstandsregelen på 1 meter til alle som ikke bor i samme husstand.