Trøsken IL

arrangerer ungdomsløp lørdag 13. juni 2020

Frammøte : Harehjellhytta, merket fra Trøsken Bro, rv 114.
Parkering : Ved arena.
Kart : Harehjellhytta med målestokk 1 : 7500 for alle løyper.

På grunn av spesielle omstendigheter på grunn av Corona epidemien, arrangerer vi løpet i henhold til retningslinjene fra staten og veiledning fra NOF.

Start : Første start kl. 11.00
Blir det over 50 påmeldte, blir det 2 puljer med ulik starttid.
N-åpen får også starttid.

Klasser/ løypelengder/vanskelighetsgrad:

N-åpen	ca 1,5km	N-nivå
D/H 9-10	ca 1,5km	N-nivå
D/H 11-12	ca 1,5km	C-nivå
D/H 10-20 utvikling	ca 2,0km	C-nivå
D/H 13-14	ca 2.5km	B-nivå
D/H 15-16	ca 3.5km	A/B-nivå
D/H 17-20	ca 4,0km	A/B-nivå

Ledsager som skal være med N-åpen løpere, må også melde seg på i Eventor i egen klasse kalt «ledsager».

Påmelding: via Eventor senest torsdag 11. juni kl 23.59.
Ingen etteranmelding.

Stemplingssystem: Emit. Bukkene blir spritet etter utsetting i.h.t. retningslinjer fra NOF.

Resultater: Ingen resultatliste på arenaen. De vil bli publisert på Eventor etter løpet.

Startkontingent: 80kr

Premiering: Ingen premiering før finaleløpet.

Annen viktig informasjon: Ingen kiosk og løperdrikke, så husk å ta med nok vann til vask og drikke.

Løpsledelse: Erik Langsæter og Bodil Berby
Løypelegger: Finn Henry Lillestrand
Smittevernansvarlig: Marit Holmskau

Fra veileder og koronavettregler nevnes spesielt følgende:

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.

Konkurransene gjennomføres etter prinsippet kom -løp - dra hjem. Ingen skal være på arenaen lenger enn nødvendig. Følg arrangørens anvisninger.

Alle deltakere tar med seg egen drikke og ev. vann til vask etter målpassering. Ta med drikkeflaske.

Rutiner på start: Husk avstandsregel ved venting på start.
Alle skal spritvaske hender og brikke før de går inn i startbåsen.

Rutiner i mål : Etter målstempling skal alle spritvaske hender og brikke før en går videre til brikkeavlesing.
Husk at man ikke skal stå tett sammen etter gjennomført løp og diskutere kart og veivalg.

Etter løpet : Ikke bli værende unødvendig på arenaen etter målgang. Reis hjem så fort det er praktisk mulig.

Alle personer som befinner seg på arenaen,må huske på avstandsregelen.