



Innbydelse

Sandnes IL innbyr til KM SPRINT

20.06.2020

Løpet er planlagt i .h.h.t gjeldende «Corona-regler» pr. 07 juni. (Se under)

- Samlingsplass:** Ved Riskahallen, Hommersåk
Merking fra krysset riksvei 516/Hommersåkveien og Riskaveien, ved «Stemmen» på Hommersåk.
- Parkering:** Følg merking og anvisning fra vaktene.
- Kart/Terreng:** Riska, Målestokk 1:4000, Ekvidistanse 2m.
Revidert i løpstrase i 2020 basert på eldre kart (Nord) og kart fra 2018 (Sør).
Kartet er etter ISSOM 2007.
Terrenget består i hovedsak av boligområder. Løpsunderlaget er for det meste asfalt og noe grus.
- Start:** Første start kl 14:00.
Det er ca 1000m. å gå til start 1 & 2. Start 3 på samlingsplass.
- Startkontingent vanlig påmelding / etteranmelding:**
-12 år: 80 / 80 kr
13-16 år: 80 / 120 kr
17 år -: 140 / 210 kr

Påmelding: I Eventor innen tirsdag 16 juni kl 23:59.
Etteranmelding innen fredag 19 juni kl 20:00.

Mål: Mål er ved samlingsplass.

Premiering: Ved gjeldende "Corona-regler" er det ikke anledning å samles til premieutdeling på samlingsplass. KM medaljer og annen premiering må vi derfor vente med å dele ut til en anledning senere i sesongen.
(Premieregler er: Premier til alle fullførende opp til 12 år. 1/3 premiering 13-16 år. KM-medaljer i KM klasser)

Løyper/klasser:

Løype	Start	Nivå	Klasser (KM-klasser uthevet)	Lengde [NOF], km
1	1	A	H17-	2,3
2	1	A	D17-, H15-16, H50, H60	2,0
3	1	A	D/H 13-14, D15-16, D50, D60, D70, H70	1,7
4	2	C	D/H 11-12, C-åpen 10-16, C-åpen 17-	1,6
5	2	N2	D/H 9-10, N2-åpen 10-16, N2-åpen 17-	1,3
6	3	N1	N-åpen	0,8

Løypelegger: Morten Aamodt

Løpsleder: Gisle Wathne Mob. 480 11 631, gisle.wathne@lyse.net

Smittevernsregler:

Oppsummert gjelder følgende retningslinjer for deltakere i o-løp:

- Personer med symptomer på luftveisinfeksjoner skal ikke delta/arrangere.
Det gjelder også personer i karantene eller isolasjon.
- Det kan maksimalt være 50 personer samtidig på samlingsplass.

Prinsippet kom-løp-dra hjem gjelder.

- Arrangøren skal ha en smittevernansvarlig som alle må forholde seg til pålegg fra.
- Det skal ikke starte mer enn 3 løpere pr minutt og avstandskrav på 1m gjelder alle utenom egen husstand både på samlingsplass og i løypa
- Det skal ikke deles ut strekktidlapper!
- Det skal ikke være løperdrikke eller kiosk så alle må ta med egen mat og drikke.
- Trekk deg bort fra stemplingsbukk når du har stemplet om du trenger planlegge neste strekk.
- Følg anvisning om startintervall
- Alle skal spritvaske hender før de går inn i startbås
- Det skal være mulig å spritvaske hender og brikke før avlesing.
Ved skitne hender må de først vaskes med vann.
- Forlat arena så raskt som mulig etter du har løpt.

Velkommen til O-løp!