

PM Nammo-cup 3

Elverum 17 juni 2020



Arena og parkering

Elverum OK ønsker alle velkommen til det tredje løpet i Nammo-cupen onsdag 17.juni 2020. Arena er skistadion til Strandbygda IL. Parkering foran Stavåsbakken barnehage rett ved skistadion. Det er merket fra Curida/Strandbygdveien på øst-siden av Glomma ca 3 km nord for sentrum. Fra parkering ca 250 m å gå til samlingsplass/skistadion. Også her merket.

Kart

Skihytta, utsnitt av Stavåsen/Løvbergsmoen, 1:5000, skogsnorm, ISOM. 2020, revidert sist uke. Kartene er lagt i plastposer. Postbeskrivelsen er trykt på kartet. Løse postbeskrivelser fås ved start i startslusen. Klassene N-Åpen med ledsagere, C-Åpen og D/H 11-12 får kart på samlingsplass. Øvrige klasser får kart i startøyeblikket.

Terreng

I all hovedsak meget lettløpt furumo med nye og gamle markerte kraftgater. Området er svært mye brukt til gåing, løping, orientering, stolpejakt og sykling. Dere vil derfor kunne støte på nye svake stier som ikke står på kartet. I tillegg vil det kunne være o-poster i terrenget som ikke tilhører dette løpet.

Start

Ca 300 m til start, merket. Første ordinære start kl. 1800. N-åpen kan starte fra kl. 1700. Det tillates nå 200 personer på samlingsplass. Det vil si at det ikke blir klubbvise puljer, men en normal startordning.

Stempling

Det benyttes vanlige EKT postenheter. Enhetene er iht. smittevernreglene spritet ved utsetting.

Løypelengder

D/H 17-20: 2990 m

D/H 15-16: 2640 m

D/H 13-14, B-åpen: 2320 m

D/H 11-12, C-åpen: 1940 m

N-åpen: 1420 m

Spesialstrekk

D/H 17-20: Oppoverstrekk post 10-11.

D/H 15-16: Oppoverstrekk post 8-9.

D/H 13-14, B-åpen, D/H 11-12, C-åpen: Spurttrøye til den som er raskest fra sistepost til mål.

N-åpen: Nei

Resultater

Ingen resultater vil bli offentliggjort på løpet. Kun resultater i Eventor i etterkant. Det vil heller ikke bli delt ut lapper med strekktider.

Toalett

Det er toaletter på samlingsplass.

Kiosk/Løperdrikke

Nei

Smittevern

Oppdatert 15 juni. Nå tillatt med 200 personer totalt. Ellers ikke endringer. Husk hold avstand. Spriting før start og før brikkeavlesning. Se eget vedlegg i Eventor.

Annet

Løpsleder: Harald Østbye, 48992895

Løypelegger: Tore Lindaas, 90604130

Smittevernansvarlig: Harald Østbye

Velkommen til Elverum og lykke til i skogen!

Poengberegning trøyer**Gul ledertrøye – ”Leder”**

Sponset av Nammo og Trimtex.

Deles ut til den som leder cupen sammenlagt i hver klasse før hvert løp, og løpes med.
Vinner til odel og eie av den som krysser mållinjen først i finalen.



Poengberegning:

poeng	plass	poeng	plass	poeng	plass	poeng
30	6	19	11	15	16	15
27	7	18	12	15	17	15
24	8	17	13	15	18	15
22	9	16	14	15	19	15
20	10	15	15	15	20	15

Alle med godkjent løp gis 15 poeng.



Spesialtrøyene "Spurt mester'n" og "Strekk mester'n"

Sponset av Nammo og Trimtex.

Deles ut til den som samlet flest poeng i spurt-/spesialtrøyen sammendraget i hver klasse før hvert løp, og løpes med.



Poengberegning:

poeng	plass	poeng	plass	poeng	plass	poeng
12	6	5	11	1	16	1
10	7	4	12	1	17	1
8	8	3	13	1	18	1
7	9	2	14	1	19	1
6	10	1	15	1	20	1

godkjent

Alle med



strekk

forutsatt at løpet er godkjent gis 1 poeng.



Fellesregler for trøyene og finalen

3 av 5 løp teller som grunnlag for finale-jaktstarten.

Det er fullt mulig å løpe finalen selv om en ikke har deltatt i cupen tidligere. Man må da påregne å starte cirka 3-5 minutter etter lederen i klassen.



Gul trøye vinnes av den som krysser mållinjen først i finalen.

Spesialtrøyene vinnes av den med flest poeng etter finalen (3 løp + finalen teller). Ved poenglikhet er det plassering i finalen som teller.

Felles for alle klasser med trøyer er at hvis samme person vinner både gul trøye og spesialtrøye, går spesialtrøya til nestemann på spesialtrøyerresultatlista.

Man må løpe finalen for å vinne en av trøyene til odel og eie. For å få poeng må løpet være godkjent, dette gjelder både leder- og spesialtrøyene.