

PM Østmarka Open løp 6 2020

Tirsdag 16.06.2020

Frammøte, parkering, arena

Parkering og arena på [Wurth, Gjelleråsen](#). Oppdatert PM legges ut løpsdagen.

Info om smitteverntiltak

Løpet arrangeres iht. Norges Orienteringsforbund sin gjeldende smittevern veileder for orienteringsløp. Det er krav om påmelding i Eventor av smittevernhensyn. Det er lagt opp til 2 delarrangement med plass til maks 50 deltakere i hvert delarrangement. Første delarrangement starter 1730.

Det blir brukt Emit Toucfree enheter i alle løyper. Ved poststempling skal touchfree enheten ikke berøres, man sjekker kun at det blinker på emitagen.

Hold avstand på samlingsplass, i startkø og etter målgang. Min. avstand til hverandre er 1 m. Det er ikke løperdrikke på arena og det deles ikke ut strekktid lapper. Kart blir printet iht. retningslinjer. Det vil være plastlommer tilgjengelig, men ta gjerne med egen. Det vil være antibac tilgjengelig på løpet.

Påmelding

I eventor senest mandag 15. juni kl. 23.59. Det vil ikke være mulig å etteranmelde seg i eventor, kun på arena så lenge det er kart. Medlemmer i Østmarka OK som ikke har emitag brikke og trenger dette, får låne fast av klubben i korona-perioden eller inntil man har skaffet egen. Det er begrenset med leiebrikker, løpere fra andre klubber må derfor stille med egen brikke!

Deltakeravgift

Østmarka OK: alle gratis. Andre o-klubber: 50 kr pr. løp (kr 30 opp til 16 år). Påmelding i eventor. Betaling med VIPPS (14151). Ikke kontanter.

Starttider

Første delarrangement avvikles med start fra kl. 1730 til kl. 1800. Andre delarrangement avvikles med start tidligst fra kl. 1815. Løpere fra andre klubber enn Østmarka OK starter i 1. delarrangement. Løpere fra Østmarka OK starter i 2. delarrangement.

På denne måten oppnås følgende:

1. Alle deltakere i en familie/klubb vil starte i samme delarrangement
2. Redusert smittespredning mellom løpere fra ulike klubber

Klasser og løyper (løypelengder justeres frem til løpsdagen)

Ordinære klasser	Løype (lengde og nivå)	Kommentar
N-Åpen, D/H 9-10	1,5 km (nybegynnernivå)	Ikke tidtaking
D/H 11-12, Damer-C, Herrers-C	2,5 km C-nivå	Tidtaking, bruk av emitag
D/H13-14, Herrers-B, Damer-B	3 km B-nivå (middels+)	Tidtaking, bruk av emitag
Herrers-AK, Damer-AK	3 km A-nivå (vanskelig)	Tidtaking, bruk av emitag
Herrers-AM, Damer-AM, D/H 15-16	4 km A-nivå (vanskelig)	Tidtaking, bruk av emitag
Herrers-A, Damer-A	5 km A-nivå (vanskelig)	Tidtaking, bruk av emitag

Start og mål

Kart deles ut ved ankomst arena. Det er kort vei til start.

Starten praktiseres som fri og selvstyrt: Det vil si at det er en null-bukk der, og at det ikke er starttid eller starter. Målet stenger klokken kl. 20.00.

Resultater gjøres tilgjengelig på nett i etterkant. Det vil ikke bli delt ut strekktider etter målgang. Alle løypene legges ut i UsynligO. Livelox blir tilgjengelig etter løpet.

Kart

Gjelleråsen Nord 2020. Målestokk 1:7500.

Vask

Våtklutmetoden. Ikke dusj.

Løpsleder/løypelegger

Øystein Kildahl, tlf: 400406260.

Velkommen!