

Smitteverns info – fra NOF og FHI.

Personer som har symptomer på luftveisinfeksjoner, 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. Det forutsettes at alle som skal delta på løpene følger gjeldende retningslinjer fra FHI i forbindelse med reise til løpene.

Vi ber om at alle deltakere leser gjennom «Veileder for lokale o-løp med begrenset deltakelse» som er laget av Norges Orienteringsforbund (orientering.no og vedlagt i Eventor).

Ved start vil det være håndsprit for desinfeksjon før start.

Ved mål vil det være såpevann og håndsprit etter målgang som alle skal bruke før avlesing av brikke.

Arrangementet er en del forenklet i fbm Koronasituasjonen med to startbolker på i underkant av 200 løpere pr bolk. Alle løpere fra startbolk 1 skal forlate samlingsplass etter målgang for å gjøre plassen tilgjengelig for løperne i startbolk 2.

Smittevernreglene krever at vi har oversikt over alle som oppholder seg på arrangementet. Det er ikke tillatt for foreldre/andre som ikke er påmeldt å oppholde seg på arrangementet eller følge løpere rundt i skogen. N-åpen løypene vil bli lagt ut på arrangementet i Eventor. MERK: Alle klasser, også N-åpen har gitt starttid. Det er ikke fri start. Skyggeløpere skal være registrert for å kunne følge løper.

Ved start vil hver enkelt få kartet lagt på bakken utenfor esken av startansvarlig.

Det vil ikke bli tatt med overtrekkstøy fra start tilbake til samlingsplass.

På samlingsplass vil det ikke være målservice, oppslagstavle, resultater, kiosk eller løperdrikke. Premier gis til de yngste klassene, som blir som selvbetjening etter avlesning ved mål.

Hver enkelt tar med egen mat og drikke.

Det vil ikke være mulig med direktepåmelding på arrangementet.

NOF sitt prinsipp for løpet er KOM – LØP – DRA. Derfor skal det ikke være unødvendig opphold på arena etter målgang. Les PM nøye før dere ankommer samlingsplass.

Startlistene trekkes slik at løpere i samme klubb starter i samme startbolk. (Unntak kan forekomme.)

TRIMTEX klassene skal ikke ha startnummer eller bære noen av de ulike trøyene. Det vil være klatre-/veivalgs strekk. Sjekk under løyper og lengder.

Velkommen til o-løp igjen. Godt å komme i gang 😊.