



## PM TA-sprint 25.06 2020

### Arena:

Åsen barne- og ungdomsskole. Merket til parkering ved Åsenhallen fra E6 i Åsen sentrum. Ca 100m å gå fra parkering til arena.

### Løyper og klasser:

D/H 11-12 1,5 km (1500m)

D/H 13-14 2 km (2060m)

D/H 15-16 2 km (2060m)

Åpen 1,5 km (1500m)

Åpen 2 km (2060m)

Åpen 2,5 km (2500m)

Løpere i Åpen 1,5 km og D/H 11-12 får kartet ved start. Ligger også i Eventor.

Backuplapper fås ved start.

### Start:

Ca 650m sørøst for samlingsplass. Følg merket løype!

Oppvarming kun langs merket vei.

Første start kl 18.00

### Kart og terreng:

Sprintkart Åsen sentrum. Målestokk 1:4000, ekvidistanse 2m. Utgitt 2019, revidert 2020.

Hovedsakelig bebygd område, noe terreng på 2 og 2,5 km.

Kan være fristende å krysse kunstgressbanen på slutten av løpet, husk at dette er forbudt område!

### Mål:

Stempling på målpост.

### Tidtaking:

EKT-brikke. Leiebrikke 30,- pr stk. Utdelles lagvis i sekretariatet.

### Kryssing av E6:

Alle løpere skal krysse E6 på slutten av løpet. Dette skal kun skje i merket område (undergang) som angitt på kartet. Vær også oppmerksom på biler og annen trafikk i gatene i boligfeltet og ved butikken etter kryssing av E6.

### **Toalett:**

Inne på skolen. Ta av sko på trappa!

### **Vask:**

Våtklut

### **COVID-19 regler:**

På grunn av COVID-19-reglene, gjennomføres løpet med visse begrensninger. Disse begrensningene er i henhold forbundets veileder og skal forebygge at - Mer enn 200 personer samles til samme tid. - At smitte ikke overføres via berøring av postenheter og annet utstyr. NB! Personer som har selv milde symptomer på luftveisinfeksjon skal ikke delta. Dette gjelder også personer som er i karantene eller isolasjon. Personer i risikogruppe anbefales på generelt grunnlag å ikke delta.

Vi arrangerer løpet med følgende format:

Dette blir et «drive-in» arrangement. Konkurransen gjennomføres etter en samlebåndsmodell der deltagerne kommer, løper og drar hjem med minimum opphold på arena, start og parkering.

Ingen lagspose eller startnummer.

Det blir desinfiseringsstasjoner ved start og etter målgang der løperne først skal vaske hender og brikke, og deretter med sprit/antibac.

Løpere som er kommet i mål henstilles om å dra så snart som mulig tilbake til parkeringsplass og videre hjem.

Intet salg, ingen lagstelt, ingen løperdrikke, ingen strekktidslapp.

Husk 1 m avstand.

Følg anvisningene til arrangørene.

Vi gjør også oppmerksom på at arrangementet kan bli avblåst på kort varsel, også mens det pågår, etter pålegg fra løpets smittevernansvarlig, TD eller andre relevante myndigheter.

### **Løpsledelse:**

Løpsleder: Mona Lund Veie (91664551)

Løypelegger: Terje Rønning

Smittevernsleder: Mona Lund Veie