

PM

Løp 4 i Tour de Oslofjord
torsdag 2. juli

Vi ber om at alle deltakere leser gjennom felles smittevernregler for Tour de Oslofjord og «Veileder for lokale o-løp med begrenset deltakelse». Ved å komme til arrangementet, må du ha oppfylt reglene for å få være her – og du aksepterer ved å være her å forholde deg til de gjeldende restriksjoner.

Arena Jordestranda

Parkering Ved Lillevik renseanlegg. Vi merker fra fv. 301 (Stavernsveien) i rundkjøringen på Solli mellom Larvik og Stavern. Det er 800 meter å gå på sti, grusvei og langs stranda til arena.
For løpere er begge avkjøringene på Holmejordeveien sperret som løpsområde.

Kart Lillejordet, målestokk 1:4 000, 2 m ekvidistanse. Kartet vi benytter til TdO er nytegnet på ISSprOM 2019 til dette arrangementet av Jørn Sundby. Løpskart er printet på A4-plastark fra Sundby Sport.

Terreng Terrenget på Lillejordet er velegnet til sprintorientering. Lillejordet innbyr til varierte løyper med gode veivalgs-muligheter som inkluderer vurdering av stigning. Her er det både et større boligområde og et industriområde. Det er også flere små skogsområder innimellom som gir fine overganger i o-teknikken.

Klasser/løyper

Klasse	Lengde	Stipulert vinnertid	%-andel hardt underlag	%-andel mykt underlag
D17-18	2,3 km	14	60-80 %	20-40 %
D19-20	2,3 km	14	60-80 %	20-40 %
D21	2,3 km	14	60-80 %	20-40 %
H17-18	3,0 km	15	60-80 %	20-40 %
H19-20	3,0 km	15	60-80 %	20-40 %
H21	3,0 km	15	60-80 %	20-40 %

Start Første start kl. 11:00. Start er på arena. Ca. 40 meter til startpost. Det er løse postbeskrivelser på start. Postbeskrivelser er også trykket på løpskartene.
Opprop 2 min. før start. Du rykker fram til neste bås hvert ½ minutt.

Opp/nedvarming Skal fortrinnsvis gjøres på Fjordstien som starter i NV-hjørne av arena, samt på grusveien mellom start og arena. Vi lager et oppvarmingskart til løperne som viser området man skal holde seg innenfor. Oppvarmingskartet er ikke representativt for kartkvalitet eller terreng i løpet.



Kartbytte	Alle klasser har kartbytte underveis. Begge kart blir utdelt på start på for- og bakside av arket. Postene er nummerert fortløpende.
Brikkesystem	Vi benytter emiTags og Emit touch-free system. Husk å sjekke at brikken blinker på hver post som en god rutine. **Vi anbefaler at alle som har brikker med brikkenummer lavere enn 3 731 640 og som ikke har skiftet batteri, å bytte til leiebrikke for å unngå problemer med stemplinger.**
Leiebrikker	Leiebrikker hentes ved mål i god tid før start. Leveres tilbake etter gjennomført løp.
Antrekk	Vi anbefaler joggesko med gode knotter eller o-sko med knotter. Det går helt fint med kort sprintantrekk.
Fair play	Du beholder kartet etter at du har kommet i mål. Løypene er tilgjengelig ved GPS-tracking av løpere på Loggator. Vi ber om at løpere som ikke har startet holder seg unna informasjon om kart og løype under løpet.
Forbud	Det er forbudt å løpe på hagegrønt, olivenfarget (symbol 520). Det er også forbudt å passere tykke svarte streker på kartet (gjerder og murer). Samt forbud mot å krysse mørkegrønne hekker. Noen områder vil være snitslet for å tydeliggjøre passasjer. Røde bokser på løpskartet er containere på industriområdet. Det er også noen røde felt med mange biler som gjør det vanskelig å ta seg fram. På løpskartene er det også merket av flere forbudte veier å passere. Dette for å gjøre det mer o-teknisk krevende. Disse rødskraverte feltene markeres med merkebånd over veien. Samt en vakt som stopper løpere som prøver å passere.
GPS-tracking	GPS til alle løpere i klassene D19-20 og H19-20, samt et utvalg av løpere i D21 og H21. Se egen liste. Det er selvbetjening for utlevering av GPS-enheter ved mål, og tilbakelevering samme sted. Det oppfordres til å benytte egen vest for de som har det.
I mål	Etter at du har stemplet deg i mål, går du videre til håndvask. Men pass på å holde avstand (1 meter). Her er det både såpe, rennende vann og papirtørk etterpå. Deretter går du videre til et bord med antibac som også skal benyttes på hendene. Så går du videre til avlesning av brikke i målteltet. Etter avlesning leverer du fra deg GPS-enhet og vesten. Dersom du har lånt av arrangøren.
Bad	Etter ditt løp, er det fritt fram for å ta seg et bad. Du er faktisk på en badestrand!
Toalett	Vi har en egen toalettvogn like ved start.



Premier	Vi deler ut premier til vinnere i hver av de 6 klassene når klassene er avklart. Premieutdelingen vil foregå med flott sjøutsikt for fotografene.
Resultater	Det blir ikke oppslag av resultater på arena. Følg i stedet med på Liveresultater på nett. Endelige resultater med strekktider og Livelox blir lagt ut på Eventor umiddelbart etter løpet.
Førstehjelp	Vi har mye førstehjelpsutstyr tilgjengelig ved mål. Ta kontakt med arrangøren om du trenger bistand.
Løpsleder	Per Olav Gulbrandsen – mobil 413 00 777
Smittevernleder	Løpsleder
Løypelegger	Jørn Sundby