

PM
Øyfell-løpet
fredag 17.juli 2020



Velkommen til nær-o-løp i Øyfell. Arrangementet blir meget enkelt hvor deltakerne ankommer, stiller til fri start, og reiser vekk så fort de har kommet i mål. Deltakere er pliktig til å lese NOF's veileder for smittevern gjeldende fra 15. juni, og forholde seg til disse reglene under arrangementet.

Frammøte og parkering

Øyfell skule. Merket fra veien ca 10 km fra Høydalsmo på fv3410 mot Rauland. Parkering ved skulen. Vennligst parkere tett.

Arena

Mål og start ved skulen og Grendehuset i Øyfell. Det er ingen arenafasiliteter bortsett fra toaletter i Grendehuset.

Løpskontor

Er rett ved målbua. Der utdeles kart til N-åpen, D/H 9-10 og D/H11-12. Her deles også ut leiebrikker. Ved behov for brikkeending tas det kontakt her. Endring av klasser eller etteranmeldinger tillates ikke.

Kart og terreng

Øyfell 1:5000, 5 m. ekv. synfart og utgitt 2014. Sjekket for endringer 2020. Kartet er svært detaljert og inneholder også en del detaljer mindre enn kartnormen. Småkupert fjellskogsterreng med noen små og store stier (lysløype). Blandingsvegetasjon med varierende tetthetsgrad, men for det meste glissent og god løpbarhet. Noe myr. På kartet er det 2 store og flere små skraverte områder hvor det er forbudt å løpe. De to store er områder som er under opparbeiding til boligformål og dyrket mark. De små er hyttetun. Unngå å komme for nær de. De skraverte feltene er ikke merket i terrenget. Det er et par gjerder som krysser terrenget. Det ligger nede eller er borte, men stolpene står stort sett hele veien. Spesiell detalj på kartet (x) er murtuer.

Klasser og Løyper

Klasser	Løype / nivå	Lengde
H17-, H40, H50	A1	4,2 km
D15-16, H15-16, D17-, D40-, H60,	A2	3,3 km
D50, D60, D70, H70, A-åpen	A3	2,7 km
D13-14, H13-14, B-åpen 10-16, B-åpen 17-, D80-, H80-	B	2,5 km
D11-12, H11-12, C-åpen 10-16, C-åpen 17-	C	2 km
D/H9-10, N-åpen	N	1,7 km

Start

Start foregår fra arena mellom Skulen og Grendehuset. Startpost 20 meter fra startboks. N- og C-løyper får kart i forkant, andre klasser i startøyeblikket. Det er fri start. Meld deg for en startfunksjonær si hvilken klasse/løype du skal ha. Oppgi navnet slik at du krysses av i lista. Tre inn i første bås. Hold 1 m avstand til andre løpere. Det er ikke tilbud om løse postbeskrivelser. Det er antibac ved start. Alle skal benytte dette på hender og brikke før de går inn i startbås. Unngå sammenstimling ved start.

Stemplingssystem

Vi benytter EKT system. Husk å vaske brikke med Antibac før start og etter målgang før avlesning av tid.

Prosedyre ved målgang

Det er merket fra siste post til mål. Ved målgang går du inn i målslusen først for håndvask med vann for å få bort søle og møkk på hendene, tørk med papir. (Antibac virker ikke hvis du er skitten). Deretter Antibac på neste bord. Så går du videre til avlesning av brikken. Hold hele tiden min 1meter avstand i denne prosessen. Når brikken er avlest forlates målområdet raskest mulig. Fint om du kan fortsette bort til bilen raskest mulig. IKKE stå og diskutere løypa tett med andre enn de i din husstand.

Prosedyre ved eventuell sjukdom på deltaker eller arrangørpersonell

Hvis noen har symptomer på luftveisinfeksjon skal en straks avbryte oppgaven/løpet og gi beskjed til smitteversansvarlig (husk avstand og ikke ta på noe unødvendig). Deretter ta seg til egen bil for videre å ta kontakt med lege. Smitteversansvarlig skal vurdere om løpet skal avsluttes.

Premie

Det deles ikke ut premier i dette arrangementet.

Toaletter

Toaletter er tilgjengelig i Grendehuset. Inn der skal IKKE o-sko. Hold god vaskehygiene ved toalettbesøk.

Resultatservice

Endelige resultater blir lagt ut på Eventor i løpet av kvelden. Ingen strekktidutdeling eller resultatoppslag på arena. Resultatene kommer også på livesenter via link på Eventor.

Kiosk, småtroll, barneparkering

Ikke tilgjengelig på dette arrangementet.

Førstehjelp

Enkel førstehjelp ved løpskontoret.

Løpsledelse

Løpsleder Jan Gatevold, tlf 97632068, igat@equinor.com

Smittevernansvarlig Jon Skriubakken, Tlf: 91708120, E-post: jon.skriubakken@vtfk.no

Løypelegger Jan Gatevold

Tidtaking Magne Mathisen, Tlf: 90527095, E-post:
magne.w.mathisen@gmail.com