



Fjord-O 2020 - Informasjon - oppdatert 15.07.2020

Svart: Publisert 19.06 og 07.07.

Raudt: Oppdatering 15.07.

Grunna COVID-19-reglane, vert Fjord-O 2020 gjennomført med fleire avgrensingar. Desse avgrensingane er i samsvar til Norges Orienteringsforbund sin veileidar.

NB! Personar som har symptom på luftvegsinfeksjon skal ikkje delta / arrangere (heller ikkje ved milde symptom). Dette gjeld også personar som er i karantene eller isolasjon. Personar i risikogruppe vert på generelt grunnlag ikkje anbefalt å delta i arrangementet.

Konkurransane vert gjennomført etter prinsippet “Kom - spring - dra heim”. Ingen skal vere på arrangementsstaden lenger enn nødvendig. Med dette prinsippet i botnen, vert det eit litt annleis Fjord-O enn det vi i utgangspunktet ønskte å arrangere. Vi trur likevel at vi skal få til eit godt arrangement, der deltakarane skal få fine opplevingar i Sunnfjord desse dagane.

Deltakarar:

Fjord-O 2020 er eit sommarløp, med kring 650 deltakarar. Påmeldinga er stengt, og opnar ikkje for fleire deltakarar. Det er ikkje høve for direktepåmelding eller etteranmelding. **Løpsavgift vert fakturert i etterkant og etter lågaste sats for alle.**

Fjord-O 2020 har bedt om ein kontaktperson pr. klubb. Mange har gitt tilbakemelding.

Vi oppfordrar dei som ikkje har gjort det om å melde inn til:

Åsmund Berthelsen, epost: asmund.berthelsen@icloud.com.

EMIT kontrollsystem:

Det vert brukt EMIT kontrollsystem med stemplingsbukkar på alle fire løpa.

Leigebrikker:

Leigebrikker, bestilt på førehand, vert levert ut på start, same stad som der ein hentar startnummer.

Startnummer:

Alle deltakarane skal ha startnummer. Same startnummer til alle løpa.

Startnummer med sikkerhetsnåler ligg på start, og kvar enkelt løpar finn sitt aktuelle nummer.

NB! Ta berre på ditt eige nummer.

Starten går over lang tid, og vi planlegg ut frå at det skal vere maks 50 løparar i startområdet samtidig. Berekn difor "rett tid" til start. Er løparane tidleg ute oppfordrar vi ein til å halde litt avstand til sjølve startområdet. Uavhenta startnummer frå dag 1 vert tatt med til start dag 2, 3 og 4. Startnummer dag 3 og 4: For løparar som spring sine første løp i Fjord-o i Førde, vil ein finne uavhenta startnummera på veg til start, ved Start 2 (sjå arenaskisse).

Løype 12, 13 og 14 - Nybyrjarløypene:

Vert lagt ut som PDF på Eventor seinast dagen før løpet. Kartet vert delt ut i startområdet før start.

Løype 11; D/H 11-12 og D/H C-open 10-16:

Vert lagt ut som PDF på Eventor seinast dagen før løpet. Kartet vert delt ut i startområdet før start.

Desinfeksjon:

Det blir desinfiseringsstasjonar ved start og etter målgang der løparane først skal vaske hender med våtserviett/vatn, og deretter handsprit/antibac.

Toalett:

Det er løpartoalett tilgjengeleg alle dagar. Desinfiser hender både før og etter toalettbesøk. Bruk også våtserviett/vatn.

Klede til/frå start:

Det vil IKKJE bli tatt med overtrekksklede frå start tilbake til parkering/mål.

Vi oppfordrar flest mogeleg til å legge igjen overtrekksklede i bilen.

Vi ønsker heller ikkje at løparane legg igjen klede på start for å hente desse etter sjølve løpet.

Småttroll / barneparkering:

Vi har dessverre ikkje høve til å tilby småttroll og barneparkering.

Kiosk: Det vert ikkje kiosk.

Lagstelt:

Det vert ikkje høve til å sette opp lagstelt i målområdet.

Parkering:

Parkering etter anvisning. Det vil vere merka frå parkering til start.

Det vil bli ulike parkeringsområde alt etter kva starttid ein har. (sjå startpulje under og køyremønster i eige dokument)

Parkeringsavgift: 60,- kr pr. dag. 200,- kr for alle fire løpa.

Betaling med VIPPS til. 505422 “Fjord-O 20 Parkering”.

Betale seinast ved utkøyring frå arena. Stikkontrollar ved utkøyring.

Start:

På dag 1, 2 og 4 er det ein start, medan det på dag 3 er to ulike startar. Ein vil få tildelt starttider klubbvis. Det vil variere frå 5 minutt til ca 25 minutt å gå frå bil til start dei ulike dagane. Sjå meir informasjon under.

Det er kvar enkelt løpar sitt ansvar å komme til rett tid, ha startnummer på seg, ha med seg rett brikke, samt vaske/desinfisere brikke før løpet. Det vert ikkje brukt backup-lapp. Det er ikkje lause postbeskrivelsar.

Ein går inn i første startboks 3 minutt før start. Startklokka viser starttidspunkt.

Har du starttid 12.40, går du inn i første boks 12.37.

Startboks 1: 3 minutt før start: Desinfeksjon av hender og brikke.

Startboks 2: 2 minutt før start: Arrangør registrerer startnummer (ikkje brikkenr).

Startboks 3: 1 minutt før start.

Start: Alle klassar (unntatt løype 11, 12, 13 og 14) tar kartet i startøyeblikket.

Det vert nytta startpost alle dagar.

Estimert starttidspunkt:

Dag 1: Første start kl 13.00. Siste start ca. kl 17.00

Dag 2: Første start kl 13.00. Siste start ca. kl 17.00

Dag 3: : Første start kl 13.00. Siste start ca. kl 17.00

Dag 4: Første start kl 10.00. Siste start ca kl 14.00

Startpuljer og parkering dag 1 og 2:

Startpulje 1 har starttid kl 13.00-13.59.

Startpulje 2 har starttid kl 14.00-14.59

Startpulje 3 har starttid kl 15.00-15.59

Startpulje 4 har starttid kl 16.00-16.59.

Sjå eigne dokument om køyremønster og parkering for startpuljene.

Mål:

Husk avstand. Etter målgang skal løparane vaske og desinfisere brikka.

Vi ber alle løparane om å forlate målområdet så snart som praktisk mogeleg, og gå attende til parkeringsplass og parkert bil.

Løpardrikke:

Det vert ikkje løpardrikke. Kvar enkelt tar med det ein treng av drikke og mat.

Resultat:

Elektronisk resultatliste via Eventor. Det er ikkje høve til å skrive ut strekktid-lapp. Resultat vil vere tilgjengeleg online under løpet.

Premiar:

Alle løparar som deltek får ei flaske med drikke ved målgang på alle løpa. **I tillegg får alle ein deltakarpremie på siste løpet.**

Det vert ikkje delt ut premie til klassevinnarar og samanlagtvinarar.

Ikkje overnatting på arena:

Det er ikkje høve til å overnatte i bubil, campingvogn, telt etc på samlingsplass/p-plass mellom løpa.

Løparar som skal vere følgje til yngre løparar:

Mogeleg å starte 30 minutt før ordinær start. Vaksen person som er følgje til yngre løparar har høve til å fri starttid.

Skygge:

Person som skal vere skygge til annan løpar, og som ikkje skal delta sjølv i løpet, må registrere seg med namn før løpet. Send epost med namn på skygge til torodd.os@eninvest.net. Hugs også namn på løpar og kva klubb det gjeld. Send innan 15.7.

Smittevernansvarleg:

Løp 1 og 2: Yngve Årdal tlf. 911 49 805

Løp 3 og 4: Jan Herstad tlf. 975 83 200

Jury:

TD Edvin Helle leiar juryens arbeid - utan stemmerett.

Jurymedlemmer:

Øyvind Stene, Asker Skiklubb

Kari Strande, Ringerike O-lag

Ivar Bergset, IL Vetem

Løpsleiarar:

Dag 1 og 2: Jan M. Herstad - 975 83 200 - j-mahe@online.no

Dag 3 og 4: Yngve Årdal - 911 49 805 - ardalyngve@gmail.com

Leiar for hovudkomiteen: Åsmund Berthelsen - 93237073 - asmund.berthelsen@icloud.com

