



Konnerud IL inviterer til KM-helg 29.-30. august 2020

Løpene vil bli arrangert i henhold til gjeldende smittevernregler og Norges orienteringsforbunds regler for arrangement i «Koronatiden».

Dato/løp: Lørdag 29. august: KM langdistanse Buskerud
Søndag 30. august: KM stafett Buskerud

Arena: Galterud skole.

Start: Lørdag, første start kl. 11:00.
Søndag, første start kl. 11:00.

Løyper og klasser lørdag:

Nivå	Lengde	Klasser
N1	1,5	N-åpen
N2	2	D 9-10, H 9-10, N2-åpen 10-16, N2-åpen 17-
C	2	D 11-12, H 11-12, C-åpen 10-16, C-åpen 17-
B	3	D 13-14, H 13-14 , B-åpen 10-16, B-åpen 17-
A	3	D 70, D 75, D 80, H 75, H 80
A	3,5	D 60, D 65, H 70 , AK-åpen
A	4,0	D 15-16, D 50, H 65 ,
A	4,5	D 17-18, D 40, H 15-16, H 60
A	5	D19-20, H 17-18, H 50 , AL-åpen
A	5,5	D 21, H 19-20, H 40
A	7	H 21

Klasser med fet skrift er KM-klasser. Av disse deles det ut medaljer i klassene fra 13 til 21.

Løyper og klasser søndag:

Nivå	Etapper	Klasser
C	2 x 2 km	D11-12, H11-12 (Mulig med to løpere på første etp.)
B	2 x 2,5 km	D 13-16, H 13-16
A	3 x 3 km	D 150
A	3 x 3,5 km	D 17-, H 150
A	3 x 4 km	H 17-
N	Individuell	N-åpen
N2	Individuell	D9-10, H9-10

D/H 150 vil si minimum samlet alder.

Kart og terreng: Kart i målestokk 1: 10 000, (7500 for D/H50 og eldre), synfart i 2017 og 2018.

Terrenget er lettere grovkupert med mange stier. Det er stedvis veldig fint og lettløpt, men har også områder som er krevende o-teknisk.

Påmelding: Ordinær påmelding i Eventor innen mandag 24. august kl. 23:59.
Etteranmelding – mot 50% tillegg for løpere eldre enn 12 år – frem til onsdag 26. august kl. 23:59, eller til smittevernreglenes tak på 200 deltakere er nådd.
Det blir uansett ingen etteranmelding etter dette tidspunkt, eller på løpsdagene.

Startkontingent lørdag: Kr 100,– for løpere t.o.m. 16 år og kr 200,– for løpere f.o.m. 17 år.

Startkontingent søndag: Kr 175,– pr. lag t.o.m. 16 år og kr 500,– pr. lag f.o.m. 17 år.

Tidtaking: EKT, emit. Live resultater kommer på brikkesys.no

Salg: Enkel kiosk, med gode kaker, brus og kaffe.

Fra NOFs veileder vil vi spesielt minne om: «**Personer som har symptomer på luftveisinfeksjon skal ikke delta/arrangere (heller ikke ved milde symptomer).** Dette gjelder også personer som er i karantene eller isolasjon.

Konkurransene gjennomføres etter prinsippet kom-løp-dra hjem, ingen skal være på stedet lenger enn nødvendig. Husk avstandsregelen på 1 meter til alle som ikke bor i samme husstand.

Løypeleggere: Håvard Hågård og Lars Baklid

Løpsleder: Tove Heimdal

TD: Torgeir Strandhagen, Røyken O-lag

VELKOMMEN TIL O-LØP!

