

## PM – Kjose IL's o-løp 16. August 2020

Løpet arrangeres etter retningslinjer fra Norges orienteringsforbund og i tråd med anbefalinger fra FHI og Norges idrettsforbund.

Dersom endringer som følge av Covid-19 situasjonen, vil informasjon bli gitt via Eventor.



**Løpet arrangeres som et KOM – LØP – REIS arrangement**

**Arena – adkomst:** Eikenes, Kjose. E18 sørfra: avkjøring 48, Langangen, følg skilt mot Kjose, 30 min. kjøring. E18 nordfra: avkjøring 47, Sky, følg skilt mot Kjose, 25 min kjøring fra E18. Arena ligger 5 km nord for Kjose kirke, veien er merket herfra.

**Parkering:** 300 m fra arena.

**Brikkesystem:** Vanlig Emit-brikke. Alle stemplingsenhetene er rengjort og desinfisert etter at de er satt ut i terrenget.

**Kart:** Moen – Eikenes, utgitt 2019 / 2020

| Løype   | Klasser                                          | Målestokk |
|---------|--------------------------------------------------|-----------|
| 7,5 km  | H 21                                             | 1 : 7500  |
| 6,2 km  | D 21, H 17-20, Åpen AL                           | 1 : 7500  |
| 5,6 km  | D 17-20, H 40                                    | 1 : 7500  |
| 4,1 km  | D 40, H 15-16, H 50, Åpen AK                     | 1 : 5000  |
| 3,5 km  | D 15-16, D 50, H 60                              | 1 : 5000  |
| 3, 2 km | D 60, H 70                                       | 1 : 5000  |
| 2,9 km  | Åpen B 17-                                       | 1 : 5000  |
| 2,7 km  | D 13-14, D 70, D 80, H 13-14, H 80, Åpen B 10-16 | 1 : 5000  |
| 2,5 km  | Åpen C 17-                                       | 1 : 5000  |
| 2,2 km  | D 11-12, H 11-12, Åpen C 10-16                   | 1 : 5000  |
| 1,7 km  | D 9-10, H 9-10, Åpen N 10-16, Åpen N 17-         | 1 : 5000  |
| 1,6 km  | N - Åpen                                         | 1 : 5000  |

**Terreng:** Skogsterreng med åpen barskog og noen steder mer krevende framkommelighet. En del frodig undervegetasjon gjør noen stier mindre synlig enn vanlig.

**Start:** 10 min å gå fra arena. Første start kl. 11.00 Startider legges ut i Eventor.

Alle løpere skal desinfisere hender og brikke før man går inn i startbås. Følg merkinger og pass på å holde 1 meters avstandsregelen.

**Mål:** Målposten vil være ca 50 m før avlesing av brikken. Alle løpere skal vaske hender og desinfisere brikke før en går til avlesning. Vakt vil passe på og gi beskjed hvis man glemmer det. Husk å holde avstand inn mot avlesning av brikke og etter målgang.

PS! Ingen utprinting av strekktider og ikke løperdrikke etter målgang.

**Resultater:** legges ut på Eventor. Løypene legges ut på Livelox.

**Premiering:** Alle løpere tom 12 år henter selv premie etter målgang.

Klassene 13 – 16 år: ¼ premiering

Øvrige klasser: ingen premiering

**Toalett:** Enkel do-vogn på arena.

**Vask:** Våtklut eller bading (på eget ansvar) i Farris nær arena.

**Salg:** Kiosk med mineralvann, kaffe, vafler og kaker. Vipps: 78430

**Småttroll:** Tilbud om småttroll-løype.

Ingen barneparkering.

**Løpsledere:** Cecilie Eikenes Steinsholt (tlf:40486336)

Thorleif Eikenes (tlf:90989790)

**Løypelegger:** Bjarne Saga og Petter Bund

**Smittevernansvarlig:** Cecilie Eikenes Steinsholt

**Smittevern:** Personer med symptomer på luftveisinfeksjon eller annen sykdom skal ikke stille til start. Det samme gjelder personer som er i karantene eller isolasjon. Løpet kan bli avlyst på kort varsel etter pålegg fra myndighetene, og rammene for løpet kan også bli endret i tida fram til løpet. Det er viktig at alle deltakere gjør seg kjent «Veileder for lokale orienteringsløp», utarbeidet av Norges Orienteringsforbund datert 15.juni 2020. Se dokument på løpets side i Eventor.

Vi vil registrere personer (navn + tlf.nr) som ikke skal løpe, men oppholder seg på arena. F.eks kan det være ledsagere, foreldre og andre som vil “skygge” yngre løpere. Registreringen gjøres pga hvis en smittesporingssituasjon skulle oppstå etter løpet.

