



Nidarøst OK inviterer til

STOK Ungdomsløp, 27. august 2020- Mellomdistanse

Grunnet Korona-pandemien er det fortsatt restriksjoner på arrangement av orienteringsløp. Vi forholder oss til NOFs skriv av 11.08 og vedlegger en kortversjon med de viktigste punktene under innbydelsen. Vi ber alle om å lese denne og sette seg godt inn i de føringene som her er lagt og ikke minst respektere disse.

Sted: Charlottenlund VGS, Trondheim

Samlingsplass:

Charlottenlund Videregående skole, Yrkesskolevegen 16, Jakobsli, (Trondheim).

<https://kart.gulesider.no/?c=63.419677,10.486407&z=15&q=%22Charlottenlund%20videreg%C3%A5ende%20skole,%20Yrkesskolevegen,%20JAKOBSLI%22;141905555;yp>

Det er ikke salg eller løperdrikke.

Det er et toalett inne på skolen ved samlingsplass. NB: ikke tillatt med pigg-sko inne på skolen.

Vask: Våtklut.

Parkering :

Ved skolen. Følg anvisning fra P-vakter.

Kart:

Charlottenlund, målestokk 1:4000, ekvidistanse 2m

Terreng:

Boligområde, gate, park/friområde. Lettløpt,

Anbefalt løpssko: Joggesko eller knott-sko uten pigger.

Kvitteringssystem:

EKT (Emit) benyttes. Klubbene må selv sørge for brikker til egne løpere.

Klasseinndeling/løyper:

Klasse	Løypelengde	Nivå
N-åpen	1,8 km	N
N2-åpen 10-16, DH 9-10	2,1 km	N
DH 11-12, C-åpen 10-16	2,3 km	C
DH13-14, B-åpen 13-16	2,5 km	B
DH15-16, DH17-20	3,0 km	A

Små endringer i løypelengdene kan forekomme.

Påmelding:

Påmelding til løpet skjer i Eventor innen tirsdag 25.08 2020 kl 23:59. Voksne som ønsker å skygge må melde seg på i klassen "Skygge": <https://eventor.orientering.no/Events/Show/12360>

Etteranmelding innen onsdag 26/8 kl 1800.

Det er ikke etter-anmelding på arena. Påmelding stenges ved 200 deltagere.

Startkontingent:

Startkontingent 90 kroner. Klubben faktureres i etterkant. Etteranmeldingsgebyr: kr.20,- i klassene fom. 13 år og oppover.

Start:

Første start kl 18:00

Start 1: Alle klasser som får kart på samlingsplass, (N-åpen, N2 Åpen 10-16, DH9-10, DH 11-12, C-åpen 10-16).

Start 2: Alle klasser som får kart på start.(DH 13-14, B-åpen13-16, DH15-15, DH17-20). Merket løype til startpost.

Ca. 200 meter til start 1 og 2 fra samlingsplass.

PM:

PM publiseres senest onsdag 26. August kl 18:00.

Startlister og postbeskrivelser for alle løypene legges ut på Eventor onsdag 26.08 og må skrives ut av selv. Det er ikke løse postbeskrivelser tilgjengelig ved start.

Resultater / premiering:

Resultater på Eventor etter løpet. Ingen oppslag eller premiering etter løpet.

Løpsledelse:

Løpsleder: Dag Stenersen (tlf: 90503459 dag.stenersen@getmail.no)

Løypelegger: Bjørn P. Løvås

Smittevern: Stine Lyngvi Fougner

Smittevern-veileder, utdrag

Generelt.

- Denne veilederen tar utgangspunkt i NOFs veileder datert 11.08.2020. Generelt gjelder at personer som er syke eller har symptomer på smitte, ikke skal komme til arena. På arena gjelder ellers en-meters regelen. Alle skal forholde seg til de føringer som her er skissert og de føringer som smittevernansvarlig ev. gir på stedet.
- Arrangementet gjennomføres etter modell «Kom-løp-dra hjem». Ut fra dette blir det ikke premieutdeling, kiosksalg, oppslagstavle o.l. All informasjon blir lagt ut på nett. Foreldre/sjåfører skal forholde seg til smitteverntiltak og informasjon gitt av arrangør.

Oppmøte / Start.

- Løperne møter på arena hvor overtrekkstøy mm kan legges igjen. Fra arena går utøvere direkte til start. Hender, brikke og kompass skal rengjøres før start. Utstyr for dette vil være tilgjengelig ved start.
- Kart deles ut i startøyeblikket for A/B løyper (Start 2) N/C løpere som henter sine kart på arena før start. (Start 1) Første start kl 18:00 – se for øvrig PM som legges ut på Eventor

Stempling.

- Om du trenger tid for å stake ut kursen til neste post, så trekk unna posten slik at berøring unngås.

Mål.

- Løperne avleser brikke ved målgang og sluses videre til vask av hender, kompass og brikke. Etter målgang skal løpere holde avstand når de er på arena. Unødig opphold på arena bør unngås.
- Det blir ikke utdelt lapp med strekktider og ingen resultatoppslag – bare på nettet og det vil heller ikke være tilgang på drikke. Løperne må selv ta med nødvendig drikke.

Vi står sammen om å begrense smitte.