



# PM

## Vestfold høstcup 8. sept 2020

Velkommen til Vestfold Høstcup fra Bogen Båthavn.

**Covid-19:** Selve løpet gjennomføres på vanlig måte. Alle rådene fra FHI skal følges iht veileder fra NOF. Dvs at prinsippet kom-løp-dra gjelder. Alle har et ansvar for å holde en avstand på minimum 1 meter mellom de som ikke bor i samme husstand. Det er spritvask ved start, og rennende vann og såpe som skal benyttes etter målgang. Vi tillater at løperne får med seg kartet hjem, men dette betinger at **ingen** benytter kartet etter løpet til å diskutere veivalg.

**Påmelding:** Påmelding gjøres i Eventor frem til klokken 14.00 løpsdagen. Det er ikke anledning til å etteranmelde seg på arena. Det er maksimalt 200 deltakere på løpet. Påmelding stenger når vi evt. når den grensen. De som er påmeldt, men som likevel ikke skal delta, bes melde seg av i Eventor.

**Frammøte:** Merket fra avkjøring til Bogen fra fv 303 ca 5 km sør for Stokke sentrum.

**Parkering:** Parkering ved samlingsplass i Bogen båthavn.

**Kart:** Sundåsen. Målestokk 1:5000. Ekvidistanse: 5m. Utgitt i 2015, revidert i 2017/2020.

**Tidtakning:** EKT. Det er ikke mulighet for å leie EKT-brikker!

**Terreng:** Moderat kupert terreng. Mange stier og veier i store deler av terrenget, men i de lengste løypene også partier med krevende detaljert terreng uten ledelinjer. De lengste løypene krysser trafikkert vei (rv 303). Det er ikke løypevakter, men det er satt opp skilt om at o-løpere krysser veien. Det er **løpernes eget ansvar å vise aktsomhet** ved de angitte krysningspunktene som er avmerket på kartet.



**Start:** Start kl 16.30-18.30. Merket til start ca. 400 m sørover fra arena. Valgfritt starttidspunkt. Ingen løse postbeskrivelser. Merket til startpost.

**Løyper:**

| Løype | Klasser                              | Poster | Lengde |
|-------|--------------------------------------|--------|--------|
| 1     | H 17                                 | 21     | 3,8 km |
| 2     | D-17, H15-16, H40, H50               | 18     | 3,0 km |
| 3     | D15-16, D40, D50, H60                | 14     | 2,3 km |
| 4     | D60, D70, D80, H70, H80              | 15     | 1,9 km |
| 5     | D13-14, H13-14, D15B, H15B           | 14     | 1,8 km |
| 6     | D/H11-12, D/H13-16C, D/H17C          | 12     | 1,7 km |
| 7     | D/H11-12N, D/H13-16N, D/H17N, N-åpen | 10     | 1,5 km |

**Vask:** Våtklut. Alle deltakere bes ta med eget vann/klut til vask etter målplassering. Men et bad i sjøen kan også absolutt anbefales!

**Toaletter:** Toaletter ved parkeringsplassen. Husk håndvask!

**Kiosk:** Enkel kiosk. Kun betaling med Vipps (561961).

**Resultater:** Live resultater via Eventor. Etter løpet blir resultatene publisert i Eventor. Det blir ikke utdelt strekktider ved målgang.

**Løpsleder:** Arne Kristensen, tlf 9589 7095.

**Løypelegger:** Bjørnar Olsrød

**Smittevernansv:** Eirunn Hiis. Tlf.: 907 27 512 e-post: eirunnh@online.no

Lykke til i løypa!