



Innbydelse til O-karusell 6. åpent kretsløp i Verdal.

Vi inviterer til et enkelt kretsløp med ultralangdistanse søndag 27.sept.

Arena: Skihytta Volhaugen, merket fra FV 6908 mellom Fleskhus og Minsås.

Parkering ved arena, bomvei, kr 20,- (vipps)

Start: På arena, individuell start for alle løyper mellom kl. 11 og 12.

Løyper:

12 km (A-nivå)

8 km (A-nivå)

5 km (B-nivå)

3 km (C-nivå)

2,5 km (N/C-nivå) Råtassløypa

Påmelding: Online via Eventor innen onsdag 23.sept kl 1900.

(Verdal OKs egne løpere kan også melde seg på direkte på løpsdagen)

Påmeldingsavgift: Kr 50,- for alle fra andre klubber enn VOK, betales med Vipps, 107347

Premiering: Kun heder og ære

Løypelegger /løpsleder/smittevern: Svein Inge Ydse

COVID-19 regler: På grunn av COVID-19-reglene, gjennomføres løpet med visse begrensninger. Disse begrensningene er i henhold forbundets veileder og skal forebygge at - Mer enn 200 personer samles

til samme tid. - At smitte ikke overføres via berøring av postenheter og annet utstyr. NB! Personer som har selv milde symptomer på luftveisinfeksjon skal ikke delta. Dette gjelder også personer som er i karantene eller isolasjon. Personer i risikogruppe anbefales på generelt grunnlag å ikke delta. Myndighetene har gjort det klart at dersom man mot formodning ikke skulle klare å overholde de gjeldende regler og anbefalinger, eller at oppmykingen fører til økt smittespredning - vil det kunne føre til gjeninnføring av strengere regler.

Vi arrangerer dermed løpet med følgende format:

- Parkering ved samlingsplass. Ingen lagspose eller startnummer.
- Det blir desinfiseringsstasjoner ved start og etter målgang der løperne først skal vaske hender og brikke, og deretter med sprit/antibac.
- Intet salg, ingen løperdrikke, ingen strekktidslapp, resultater fortløpende på nett.
- Husk 1 m avstand. - Følg anvisningene til arrangørene. Vi gjør også oppmerksom på at arrangementet kan bli avblåst på kort varsel, også mens det pågår, etter pålegg fra løpets smittevernansvarlig, TD eller andre relevante myndigheter.

Velkommen