PM for løp i ungdomsserien lørdag 19.9

Smittevern: Løpet gjennomføres etter gjeldende retningslinjer for smittevern. Vi oppfordrer alle til å gjøre seg kjent med aktuell koronainformasjon fra NOF:
http://orientering.no/nyheter/aktivitetsinfo-til-klubbene-i-disse-smittevern-tider/

Personer som har symptomer på luftveisinfeksjon kan ikke delta, heller ikke ved milde symptomer. Dette gjelder også personer som er i karantene eller isolasjon. Personer i risikogruppene frarådes på generelt grunnlag å delta i arrangementer.

Vi ber alle holde minst 1 meter avstand til hverandre.

Adgang: Kun løpere og ledsagere (inkl. sjåfører) som på forhånd er registrert i Eventor eller hos løpsleder har adgang til arrangementet. Arrangør vil samle inn kontaktinformasjon til klubbene for evt. smittesporing etter løpet.

Fremmøte: Klubbhytta Einarbu i Trømborg. Merket fra rv. 22 i Trømborg mellom Rakkestad og Mysen. Derfra ca. 4 km å kjøre. Søk opp Einarbuveien 130 i Google Maps.

Parkering: Parkering ved samlingsplass eller innenfor ca. 200 meter.

Kart: Einarbu, revidert 2019. Målestokk: 1:7500, ekvidistanse 5 meter.

Terreng: Småkupert og lettløpt med en god del stier. For det meste god sikt i skogen. Relativt mange myrer. Noe nyere hogst.



Kartkorreksjon:
Klassene D/H 15–16 og D/H 17–20 kommer i berøring med et delvis nedrast sauegjerde som ikke er inntegnet på løpskartene. Gjerdet er for det meste passerbart, og det er en stor åpning i gjerdet ved posten som er markert på kartutsnittet til venstre. Alle de nevnte klassene har denne posten.

Klasser og løyper:

Klasse	Løypelengde	Nivå
N Åpen	1,8 km N	
D/H 9-10	1,8 km	N
D/H 11-12	2,9 km	C
D/H 10-20 utvikling	2,9 km	C
D/H 13-14	3,4 km	B
D/H 15-16	4,3 km	A/B
D/H 17-20	4,6 km	A/B

Start: Første start kl. 11.00. Ca. 500 meter å gå til start. Merket med gule og svarte bånd langs veien nordover fra arena.

Alle klasser, inkludert N-åpen, vil få tildelt starttid. Hver klubb vil få tildelt en startidsbolk – se starttider i Eventor. Endringer av starttider på løpsdagen vil dessverre ikke bli mulig.

Kart før start: Kart i klassene N Åpen, D/H 9–10, D/H 11–12 og D/H 10–20 utvikling deles ut før start fra målområdet ved den gamle hytta. Kartene publiseres i Eventor på forhånd. Ledsagere bes skrive ut kart selv. Øvrige klasser får klart på start.

Startprosedyre: Opprop 3 minutter før tidsstart for alle klasser. Gi inn i første bås når klokken på start viser din starttid.

– 3 minutter: Registrering. Rengjøring av brikker og kompass.
– 2 minutter: Backup-lapp. Av smittevernhensyn er det ikke løse postbeskrivelser.
– 1 minutt: Klasser som får kart på start: Kartet kan tas opp 10 sek før starttidspunkt, men du får ikke se på kartet før start. Alle klasser: Nulling skjer ved start.

I løypa: Hold avstand. Husk at sikker avstand kan være mer enn 1 meter når du er i fart. Ikke bli stående på post etter at du har stemplet. Trenger du en tenkepause så trekk noen meter unna før du planlegger neste strekk.

Målgang: Målgang skjer ved stempling på målpost. Følg deretter merket løype noen meter til rengjøring. Her skal alle løpere vaske hender, brikke og kompass og sprite seg. Du fortsetter deretter til brikkeavlesning.

Det vil ikke bli innsamling av kart etter løpet, men husk at en ikke skal stå tett sammen etter løpet og diskutere kart og veivalg. Også her gjelder 1 meters-regelen.

Ingen strekktider eller løperdrikke etter målgang.

Resultater: Ingen resultatservice på arena. Resultater og Livelox blir tilgjengelig i Eventor etter løpet.

Premiering: Ingen premiering på dette løpet. Premier blir gitt på finaleløpet.

Toalett: Det er ett toalett tilgjengelig inne på den store hytta. Se skilt på arena. Pass på å holde 1 meters avstand i køen. Husk å desinfisere hender før og etter toalettbesøk.

Mat og drikke: Ta med egen mat og drikke. Arrangør tilbyr ikke salg.

Funksjonærer:

Løpsleder og løypelegger: Fredrik Larsen, tlf. 95 78 72 35, fredrik@reisefredrik.com

Smittevernansvarlig: Bjørn Fjeldstad.

Velkommen til o-løp på Einarbu!
Kom – løp – dra hjem