



PM

AUST-AGDER KARUSELLEN LØP 15 –sprintstafett

ONSDAG 23.09.2020

NB!

Alle MÅ lese smittevern-veileder fra NOF og ta smittevernet på alvor! Viktig å tilstrebe 1 meter avstand på samlingsplass og ha god håndhygiene med rikelig spriting av hender. Ved den minste mistanke om smitte skal man ikke delta.

- Startnummer:** Hvert lag henter startnummer og sikkerhetsnåler i sekretariatet.
- Oppmøte:** Alle som skal løpe stafett må møte på samlingsplass senest kl 17.00. Det blir en felles gjennomgang av start og veksling
- Start:** Begge stafettklasser starter samtidig kl 17.15. Første-etappeløpere nuller brikken sin og går inn i startbåsen. Deretter stiller løperne opp ved sitt kart som ligger på bakken. Kartene har lagets startnummer skrevet på baksiden. Kartet tas opp i startøyeblikket. Det er ingen startpost.
- Passering underveis:** Stafett etappe 1 og 3 passerer samlingsplass underveis i tillegg til ved veksling.
- Veksling:**
1. Innkommende løper registrerer brikka på målbukk kode 100.
 2. Innkommet løper leverer løpskart til arrangør
 3. Innkommet løper klapper utgående løper på skulder
 4. Utgående løper finner neste etappes kart på tavla og løper ut. Det er ingen startpost.
 5. Innkommet løper leser av brikka i sekretariatet
- Utgående løper på 2. og 3. etappe må huske å nulle brikka før veksling. Tidspunktet har ingen betydning, bare det gjøres før start.
- Målgang:** Innkommende løper registrerer brikka på målbukk kode 100. Ved spurtoppgjør vil måldommer avgjøre rekkefølgen i mål.
- Fellesstart:** For lag som etter hvert henger langt etter i stafetten, vil fellesstart bli annonsert.
- Fair Play:** Kartene kan hentes i sekretariatet etter at alle løperne har startet på siste etappe. Henstiller alle om ikke å diskutere løypa med løpere som ikke har startet enda