SPRINT X3M - LØP 3: PARK SPRINT

Lillomarka Orienteringslag inviterer til Park Sprint søndag 8. november på Akershus Festning.

Samlingsplass	Festningsplassen til Akershus Festning i Oslo.
Offentlig transport	Buss, trikk og T-bane til Oslo sentrum.
Ankomst med bil og parkering	Avkjørsel i Festningstunellen. Offentlige parkeringshus/-plasser i området.
Start	Kort avstand til start fra samlingsplass. Det vil være intervallstart for alle løpere i alle klasser. Startlister legges ut i Eventor dagen før løpsdagen. Første start er kl. 10:30.

Klasser og løypelengder

Klasser	Løypelengde	Nivå	Sprint X3m
D/H 9-10	ca 1,5 km	N	
D/H 11-12	2,0-2,5 km	C	X
D/H 13-14	2,0-2,5 km	B	X
D/H 15-16	2,0-2,5 km	A	X

Åpne klasser
NB!
Forhåndspåmelding

N2-åpen 10-16	ca 1,5 km	N	
C-åpen 10-16	2,0-2,5 km	C	
B-åpen 10-16	2,0-2,5 km	B	

Sprint X3m

Deltakere i alle 3 løpene i Sprint X3m premieres med deltakerpremie (gjelder alle deltakere, uansett klasse).
For klassene D/H 11-12, D/H 13-14 og D/H 15-16 kåres det sammenlagtvinnere (1., 2. og 3. plass) for alle 3 løpene.
Løpere i D/H 11-12 som deltar i Sprint X3m må løpe Trollnatta «lang løype» for å få tellende resultat i cupen (se egen innbydelse for Trollnatta).

Kart

Akershus Festning, revidert 2018, målestokk 1:4000.

Terreng

Underlaget er i hovedsak asfalt/grus og noe gress. Det er ikke tillatt med pigger eller sko med piggknotter under løpet. Enkelte områder av Festningen vil være sperret.

Stemplingssystem

Stempling med emiTag på Touch-Free postenheter.
De som melder seg på uten emiTag brikke vil bli tildelt leiebrikke.
Tapt brikke må erstattes.

Premiering

Premie til de tre beste i klassene D/H11-12, 13-14 og 15-16.
Samt deltagerpremie til alle som er på de tre SprintX3m-løpene.

Kiosk

Det vil ikke være kiosk på samlingsplass, men det er ikke langt til nærmeste kiosk i sentrum.

Påmelding

Forhåndspåmelding i Eventor. Påmeldingsfrist er torsdag 5. november kl. 23:59. Husk å angi brikkenummer, eller la feltet stå åpent dersom du ønsker leiebrikke.
Det vil ikke være mulig å melde seg på ved start.

Det er i utgangspunktet satt en øvre grense på 200 deltakere.
Ved stor interesse vil det bli vurdert en utvidelse med ny pulje på ytterligere 100 deltakere.

Foreldre/ledsagere

Deltagere i D/H9-10 og N2-åpen kan ha med ledsager, disse må da være påmeldt som Ledsager.
Foreldre oppfordres til å følge deltagerne til samlingsplass og deretter ta seg en tur utenfor samlingsplass, slik at vi ikke overskrider max antall på 200.

Etteranmelding

Det er ikke mulig å etteranmelde seg.

Påmeldingsavgift

Kr 100,-
Forhåndspåmeldte faktureres klubbene i etterkant. Deltakere uten

	klubbtilknytning betaler med Vipps på løpsdagen.
Start- og resultatlister	På Eventor etter løpet og live resultattjeneste under løpet (link legges ut i Eventor).
Smitteverntiltak	Personer som har symptomer på luftveisinfeksjon, skal ikke delta. Dette gjelder også personer som er i karantene eller isolasjon. Vi gjør oppmerksom på at arrangementet kan bli avlyst på kort varsel etter pålegg fra myndighetene. Rammene for løpet kan også bli endret i tiden frem til løpet. Vi ber om at alle deltakere leser gjennom «Veileder for lokale orienteringsløp» (se vedlagte dokument). På grunn av Korona-pandemien er det redusert servicetilbud på arena. Det deles ikke ut strekktidslapper, det er ikke løperdrikke og det er ikke frakt av tøy fra start til mål. Vi oppfordrer alle til å holde god avstand. Det oppnevnes en smittevernansvarlig for løpet. Pålegg fra smittevernansvarlig skal etterkommes.
Løpsleder	Steinar Eastwood, tlf. 98 68 20 42, e-post: steinar.eastwood@gmail.com
Løypelegger	Elias Skjolden Sørensen

Velkommen til SprintX3m og Park Sprint 2020!