

Røyken Orienteringslag inviterer til den 33.
FROSTSPRINTEN
søndag 1. november 2020



Løpet arrangeres etter retningslinjer fra Norges Orienteringsforbund, og i tråd med de seneste anbefalingene fra FHI og Norges Idrettsforbund:

- Løpet arrangeres etter kom-løp-reis hjem-prinsippet
- Personer med symptomer på luftveisinfeksjon skal ikke delta
- Alle løpere skal vise hensyn og opprettholde minimum 1 meter avstand til andre løpere
- EKT-brikke og hender sprites før start og ved mål
- Ingen løperdrikke
- Kart samles inn rett etter målgang, men løyper legges som pdf i Eventor og på LiveloX etter løpet

Første start: kl. 11.00

Løpskategori: Kretsløp

Kart: Stordammen 1:7500. Ekv.: 5 m. Utgitt 2020

Terreng: Moderat kupering. Partier med åpen furuskog, mindre partier med tett skog.

Fremmøte: Kjekstad golfbane. Merket fra E134 ved avkjøring mot Røyken. Ingen parkeringsavgift.

Kollektivtilbud: Tog linje L1 til stoppested Røyken, ca. 1 km fra arena.

Løype	Nivå	Klasse	Ca. lengde
1	A	H21, H17-20, H40	5,4 km
2	A	H15-16, D17-20, D21, H50	4,5 km
3	A	D15-16, D40, H60, H65, A åpen	3,8 km
4	A	D50, D60, D65, D70, D75, D80, H70, H75, H80	2,8 km
5	B	D/H13-14, B-åpen 10-16, B åpen 17-	2,7 km
6	C	D/H11-12, C åpen 10-16, C åpen 17-	2,5 km
7	N2	D/H9-10, N2 åpen 10-16, N2 åpen 17-	2,1 km
8	N1	N - åpen	1,8 km

Kvitteringssystem: EKT. Det er ikke mulig å leie brikke av arrangør.

Påmelding: Via Eventor senest tirsdag 27. oktober, kl. 23.59.

Påmeldingsavgift: N-åpen kr. 50,-. Til og med 16 år kr. 80,- Fra og med 17 år kr. 160,-
Faktura sendes klubben etter løpet.

Etteranmelding: Etteranmelding fram til fredag 30. oktober kl. 23.59 på Eventor eller pr SMS til Ida Svanberg (977 48 308). Tillegg 50 % på satsene over for dem over 12 år.
Ingen etteranmelding på løpsdagen.

Premiering: Kun barn/ungdomsklasser i mål.

Vask: Våtklut

Småttroll/barnepark: Ingen

Avstander: P-plass til samlingsplass 200 m. Fra samlingsplass til start 700-m.

Salg: Enkel kiosk med kaker og drikke. Åpen kafe på Kjekstad golfklubb

Løpsleder: Harald Hasle Heiaas (909 81 293)

Løypelegger: Torgeir Strandhagen

TD: Richard Zeiner-Gundersen, Lierbygda O-Lag

Start-/ resultatlister: Startlister blir tilgjengelige på www.roykenolag.no fredag kveld og på Eventor. Resultatlister og strekktider legges inn på samme nettside søndag ettermiddag.
Resultatlister blir tilgjengelige på Eventor.