

PM kretslagssamling søndag 18.oktober 2020

Velkommen til kretslagssamling for Agder O-krets søndag 18.oktober.

Målgruppe er kretsens løpere 13-20 år, men åpen også for andre.

Vi følger smittevern rådene. Hold avstand, vask hendene og hold deg hjemme om du ikke er frisk.

Program søndag 18.oktober

Kl 09.30 Oppmøte Bananparken (Kokkenes i Lillesand). Parkering ved parken eller ved bobilcampen på Kokkenes. Se veibeskrivelse i eventor.

Kl 09.55 Første start Sprintprolog – start fra Bananparken. Oppvarming i området mellom Bananparken og Bobilcampen. Startliste legges ut i eventor lørdag. 30 sek startmellomrom. Etteranmeldte starter sist. Prologen er litt over kilometeren i luftlinje. Ingen gafling. Stempling er koronavennlig og bygger på ærlighet. Resultater fra prologen bestemmer heatplassering i semifinalen.

Semifinalene går så raskt som mulig etter at resultatene fra prologen er klare. Hold deg varm og klar. Start er ca 150 meter fra Bananparken. Semifinaleløypa er ca 1 km. Gafling kan forekomme. De 4-6 beste i semifinalene går til A-finale. Resten til B-/C-finale.

Finalene går så raskt som mulig etter at semifinalene er klare. Hold deg varm og klar. Start samme sted som for semifinalen ca 150 meter fra Bananparken. Finaleløypa er litt over kilometeren. Gafling og manipulert kart typ kunstige sperringer kan forekomme. Først i mål vinner... Premieutdeling på Høvdingens klubbhus. The winner takes it all.

Kart: Lillesand sprintkart fra 2016. Noe revidert i løpsområdet oktober 2020.

Målestokk: 1:4000, ekv 2 meter.

Løse postbeskrivelser i prologen. Kun trykt på kart i semifinale/finale.

Vis hensyn til andre, både hunder, gående og andre trafikanter. Selvfølgelig er løping på olivengrønne (private hager) områder forbudt, det samme gjelder andre forbudte områder/sperringer som kartet gjengir som forbudt. Diskvalifikasjon eller tidsstraff er aktuelt.

Etter avsluttet sprint i Lillesand reiser vi til **Høvdingens klubbhus i Høvåg**. Her har vi tilgang til garderober og samlingslokal. **Ta med drikkeflaske og god niste!** Etter mat blir det diskusjon om planer for sesongen 2021. Hva vil vi at kretslaget skal arrangere av lokale treninger, samlinger og felles turer til løp?

Ca kl 15.00. O-teknisk trening fra Klubbhuset. Postplukk på Høvdingens kart Hæstad.

A-løype på ca 4 km og 37 poster, B-C variant på ca 2,5 km og 16 poster. For begge løypene er det gode muligheter til å kutte litt for de som ønsker det.

Eventuelle spørsmål om samlingen til Jack Bjørnsen på 97689255.

Velkommen til kretslagssamling søndag 18.oktober 2020!