



Kråkecup 2020/2021

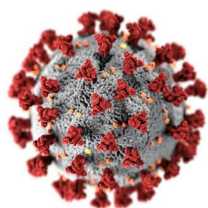
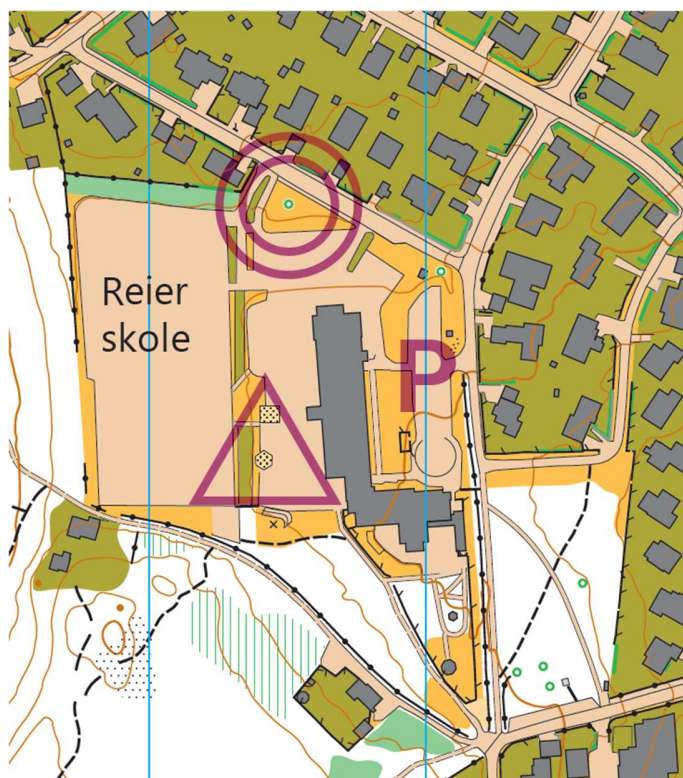
Innbydelse Kråkecup #1

Laaaang sprint på Jeløy

15 november 2020

KOM - LØP - DRA

Arena: Reier Skole
Brageveien 9, 1515 Moss
59°25'46.7"N 10°37'51.2"E



NB! Personer som har symptomer på luftveisinfeksjon skal ikke delta/arrangere (heller ikke ved milde symptomer). Dette gjelder også personer som er i karantene eller isolasjon. Se under for videre føringer rundt smittevern.

- Kart:** Hoppert – Framnes, utgitt 2020, ekvidistanse 2m, Målestokk; A-Lang 1:6500, A-Kort og C 1:5000
- Terreng:** Gater i nærområde med noe trafikk. Vis hensyn til andre trafikanter og respekter private områder. I de lengste løypene vil også være innslag med skogspartier. I Reierskogen finnes et naturreservat som er forbudt å løpe i og er skravert på kartet.
- Start:** Start på arena. Fri start mellom 11.00 og 12.00 (2–3 minutter mellom løpere i samme løype). NB: Alle må krysse seg av før start ved å legge brikke på påmeldingsenhet i sekretariatet.

**Klasser/
Løyper**

Klasser	Løyper	
Urokråker: H15-16, D/H17-34 Veterankråker: D/H35-49 Åpen lang	Lang	9.5 km
Urokråker: D/H13-14, D15-16 Veterankråker: D/H50-69 Åpen mellom	Mellom	6.0 km
Urokråker: D/H11-12 Veterankråker: D/H70+ Åpen kort	Kort	4.5 km

Løypelengdene kan bli noe justert.

- Tidtakingsystem:** EMIT – EKT.
- Påmelding:** Påmelding i Eventor <https://eventor.orientering.no/Events/Show/13981>
Innen torsdag 12 november kl23.59
- Startkontingent:** Det er gratis for løpere fra OK Moss.
Løpere utenfor OK Moss VIPPS til #13441, Voksen: 50kr, Barn: gratis
- Resultater:** Løpende på Brikkesys etter løpet på Eventor
- Livelox:** Tilgjengelig etter løpet.
- Kiosk:** Det vil ikke være kiosk på arena.
- Løperdrikke:** Løperdrikke må medbringes av hver deltaker.
- Vask/Dusj:** Det er ingen dusj på arena. Våtklut.
- Toaletter:** Ingen toalett på arena.
- Barneparkering:** Det blir dessverre ikke tilbud om barneparkering.
- Løypelegger:** Donatas Kontautas
- Løpsleder:** Donatas Kontautas, 94003275, donatas.kontautas@gmail.com

Smittevern:**For deltagere:**

- Konkurransene gjennomføres etter prinsippet kom-løp-dra hjem, ingen skal være på stedet lenger enn nødvendig.
- Følg arrangørens anvisning på arena. Husk avstandsregelen på 1 meter til alle som ikke bor i samme husstand.
- Ikke bli stående på post etter at du har stemplet – trenger du en tenkepause så trekk noen meter unna før du planlegger neste strekk.
- Alle deltakere medbringer eget vann/klut til vask etter målplassering.
- Ta med egen drikkeflaske og mat.

Rutiner ved start:

- Alle skal spritvaske sine hender før de går inn til starten.

Rutiner ved mål:

- Etter målstempling skal hender og brikke spritvaskes før en går videre til brikkeavlesing.
 - Hold minimum 1 meter avstand dersom det oppstår kø ved brikkeavlesing
 - Husk at en ikke skal stå tett sammen etter gjennomført løp og diskutere kart og veivalg – også her gjelder avstandsreglene.
 - Løperne bes forlate samlingsplass straks de er ferdige med sitt løp.
- Dersom noen blir syke under løpet skal vedkommende straks bryte og ta seg tilbake til mål for så å forlate løpsområdet. Dersom vedkommende ikke selv er i stand til dette skal smittevernansvarlig kontaktes for vurdering av videre sakshåndtering



Kråkecup 2020/2021

VELKOMMEN!



Kråkecup 2020/2021