



PM

Tøffen/Tøffelen i Furuberget 2020

28. november 2020

Klassevis fellestart fra kl. 13:00 med fem min. mellom rom i flg. rekkefølge: Super-Tøffen, Tøffen, Tøffelen og Suppe-Tøffelen
Felles avgang med en meters avstand til felles start med en meters avstand i samme rekkefølge kl. 12:45, 12: 50, 12:55 og 13:00

Løypelengder og kart

KLASSE	LENGDE	MÅLESTOKK	ANNET
Super-Tøffen	7780m	1:7500 (A3)	To siste poster på eget kartutsnitt, målestokk 1:5000
Tøffen	6250m	1:7500 (A3)	To siste poster på eget kartutsnitt, målestokk 1:5000
Tøffelen	4290m	1:5000 (A3)	To siste poster på eget kartutsnitt, målestokk 1:5000
Suppe-Tøffelen	2420m	1:5000 (A4)	Alle postene på hovedkartet

Løypene består av ulike sløyfer som skal løpes 1, 2 eller 3 ganger, avhengig av klasse
Alle skal derfor en eller flere ganger innom «vendepost», som også er startpunkt. Husk å stemple også der, men ikke når du starter.

Det er meldt kuldegrader. Men lite nedbør i det siste gjør at stier ikke er spesielt isete/glatte. Skogen er lauvløs, god sikt. Det brukes vanlig **Emit brikke**, men **postenhetene er tøtsjfrie**. (Emitag skal ikke brukes)

Utendørs arena/ubekvemmeligheter: Pga. stor deltakelse er det begrenset plass i gapahuk, dere må spre dere godt også på utsiden og holde avstand. Enkel felt-do vil bli satt opp, men gjør unna mest mulig før ankomst (bilister på bensinstasjon o.a.).

Deltakeravgift (endring fra innbydelse): kr 40,- vil bli fakturert klubbene på «vanlig» måte.

Smittevern: i hht. NOFs regler av 20. aug. 2020 og meddelelse fra NOF per 9. november 2020, se evt. <http://www.orientering.no/>, men det viktigste hitsatt:

- Desinfeksjonsmiddel er tilgjengelig på arena, men spriting ikke obligatorisk før start siden postenheten er tøtsjfrie
- Kart kan beholdes, men skal umiddelbart puttes i sekk eller innenfor skjorta
- Etter raskt skifte og egen drikk, bruk munnbind og/eller hut dokk ut av arena og hjem; gjelder spesielt deltakere fra kommuner med høyt smittetrykk

Men uansett og alt i alt: velkommen

Løpsleder og smittevernleder: Einar Lund, 90146218