

KRÅKECUP #5

BANANABOYS EDITION

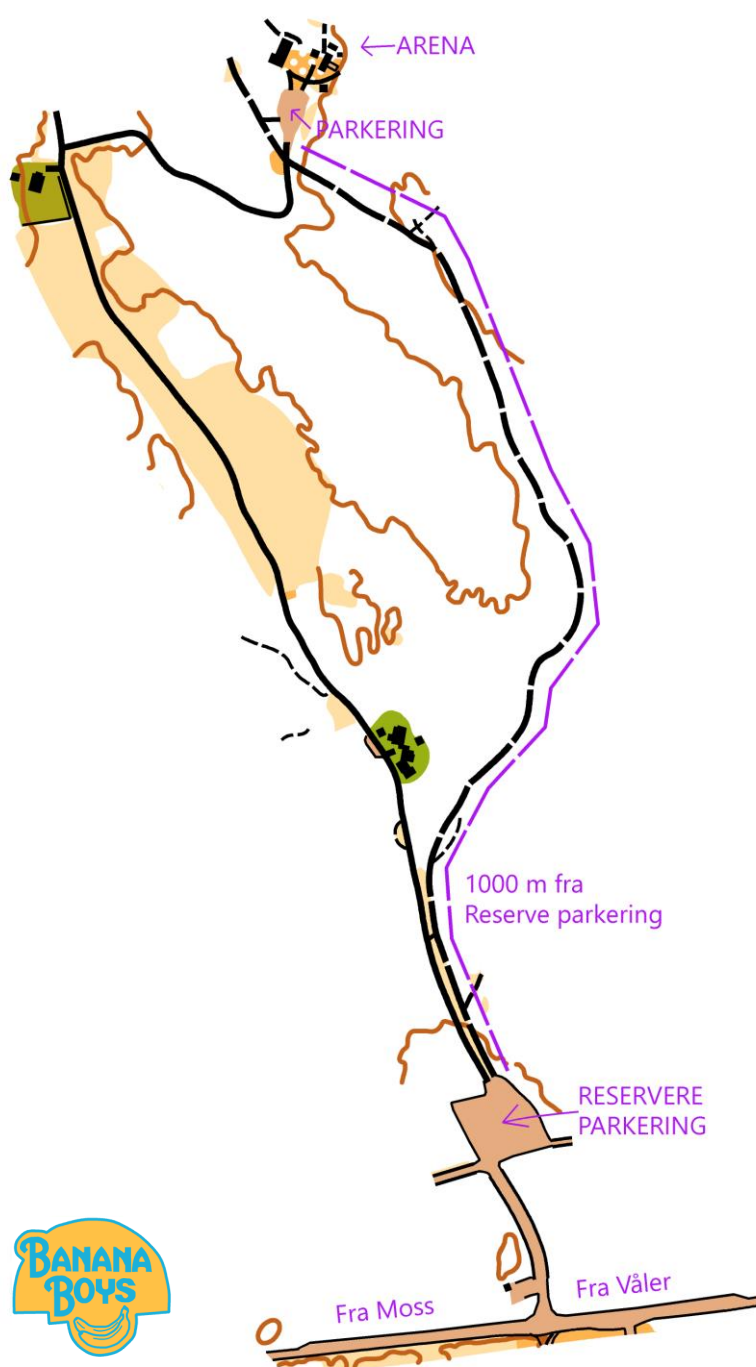
KOM – LØP – DRA

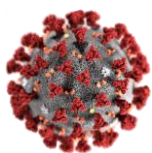
Fremmøte: Trapbanen

Skihytteveien 95

[Google Maps](#)

1599 MOSS





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. Les videre føringer rundt smittevern

[Veileder for orienteringsløp med begrenset deltakelse](#)

Kart og terreng:

Mossemarka, revidert 2020, ekvidistanse 5m

Terrenget er småkupert med en del stier (i forhold til Østfold standard) Det er et variert og krevende terreng som er veldig moro å løpe i. Sko med pigger anbefales. Varierer mellom granskog og åpen furuskog.

Start:

Fri start innenfor angitte tidsintervaller mellom 11:00 og 13:00. NB! Alle må krysse seg av før start ved å legge brikke på påmeldingsenhet i sekretariatet.

Korteste vei til start er 888m (ikke merket). Enhver løper vil få eget oppvarmingskart som viser område som er tillatt å varme opp i. Kart vil fås i startøyeblikket. Klasser med N og C-nivå kan hente kart på start. Starten vil være bemannet!

100 m til startpost.

Klasser/Løyper

Klasser	Nivå	Løyper		Målestokk
Uokråke H17-34 Veterankråke H35-49 Flaksekråke lang	A	Lang	7,3 km	1:10 000 1: 7 500 1:10 000
Uokråker D/H15-16, D17-34 Veterankråker D35-49, H50-69 Flaksekråke mellom	A	Mellom	4,9 km	1:10 000 1:7 500 1: 10 000
Uokråker: D/H13-14 Veterankråker D50-69, D/H70+ Flaksekråke kort	A/B	Kort	3,5 km	1:10 000 1: 7 500 1: 10 000
Uokråker D/H11-12 Flaksekråke C	C	Kort	2,5 km	1:7 500
Flaksekråke N	N	Kort	1,9	1:7 500

Små forandringer i løypelengder kan forekomme



Smittevern:

Enhver løper har som ansvar å lese og forstå smittevernreglene. BananaBoys tar smittevern svært alvorlig. Brudd på smittevernreglene kan føre til bortvising av arrangementet. Les mer om [Koronasituasjonen per 9 november](#) på NOF sine sider.

NB! Alle skal registreres i Eventor! Ledere og trenere som ikke deltar i konkurransen kan i et begrenset antall være til stede på arena, forutsatt at de er påmeldt i Eventor som "Ledsager". Dette vil sjekkes ved ankomst!

Tidtakingsystem og resultater:

Brikkesys – EKT.

Liveresultater på www.Brikkesys.no, strekktider og resultater på Eventor etter løpet.

Livelox:

Tilgjengelig etter løpet. Anbefaler alle å legge ut sporet sitt (til tross for bom) for analyse

Toaletter:

Det vil ikke være toalett på arena. Gå på do før du drar!

Løypeleggere, smittevernsansvarlige og løpsledere:

BananaBoys – Sebastian, Sondre og Alfred

Mail: alfred.bjornerod@gmail.com

Tlf: 97133180

**BANANA BOYS ØNSKER ALLE
HJERTELG VELKOMMEN!**



Kråkecup 2020/2021

