



PM - Vårløpet, Lørdag 8. mai 2021

Arena / fremmøte:	Frigården, Lånke. Merket fra Rv705 (Selbuveien), 6,5 km sør for Hell mot Selbu
Parkering/adkomst	Parkering ved arena. Parkeringsavgift kr. 50,-. Betales på VIPPS, nr 97170 Egnet for barnevogn: Ja
Kart / terreng:	Frigården. Utgitt 2013 og revidert seneste 2021. Kartet anses å være av god kvalitet. Løypene varierer i vanskegrad fra lettløpt trøndermyr til mer detaljrike områder med krevende orientering. Myra er nokså fast men med litt overvann. Terrenget vurderes relativt godt fremkommelig. Målestokk: se tabell. Ekvidistanse 5 meter. Kart for N og C-løyper, samt for klassene t.o.m 12 år, fås i lagspose.
Start:	Det er ca 800 meter å gå til start. Første start kl. 12.00. N-åpen klassene har fri start fra kl. 11.00. Løse postbeskrivelser ved start for A, B og C-løyper. For de som ikke har fått kart på forhånd tas kartet i startøyeblikket. Det er merket ca 70 meter til startpost. Husk: alle skal desinfisere hender og brikke før de går inn i startbåsene
Kvitteringssystem:	EKT. Klubbene er selv ansvarlige for å ordne med leiebrikker til egne løpere ved behov. Backup-lapper finnes på start. Husk: alle skal desinfisere hender og brikke før avlesing av brikke ved mål

Løypelengder og klasser:

Klasse	Nivå	Poster	Lengde	Målestokk
N- Åpen	N1	6	1,3 km	1: 7500
N- Åpen 10-16	N2	7	1,5 km	1: 7500
N- Åpen 17- D/H 9-10	N2	10	1,8 km	1: 7500
C- Åpen 10-16 D/H 11-12	C	7	2,3 km	1: 7500
C- Åpen 17-	C	9	2,6 km	1: 7500
B- Åpen 10-16	B	9	2,5 km	1: 10000
B- Åpen 17- D/H 13-14	B	10	3,5 km	1: 10000
D 15-16	A	11	4,4 km	1: 10000
AK Åpen H 15-16	A	14	4,9 km	1: 10000
AL Åpen D 17-18	A	16	6,5 km	1: 10000
H 17-18 D-19-20	A	16	7,1 km	1: 10000
H 19-20	A	19	8,0 km	1: 10000

Lagsposer:	Hentes av en ansvarlig person fra klubben. Denne hentes på løpskontor / målområdet. I posen er startnummer til alle og kart til de som skal ha det på forhånd. Dette deles ut direkte fra den ansvarlige og til den enkelte løper. Dersom den som skal skygge/ledsage løpere ønsker kart, kan den lagsposeansvarlige i klubben hente disse på løpskontor.
Etteranmelding:	Ingen direktepåmelding / etteranmelding på arena.
Småtroll / barneparkering	Ingen
Toalett:	På arena. Husk: hender skal desinfiseres både før og etter toalettbesøk
Salg:	Enkelt salg av mat/drikke. Vippsbetaling.
Premiering:	Blir annonsert – selvbetjening rett etter målgang
Løyper:	Kart og løyper blir lastet opp i LiveloX etter løpet
Trening i løypene:	Løyper og kart vil bli tilgjengelig som PDF på Eventor etter løpet, ca kl 18.00 på lørdag. Postene vil være merket med vanlige postflagg eller merkebånd fram t.o.m torsdag 13. mai.
Løpsleder:	Jakob Haugen, 99 23 25 33 / haugen.jakob@gmail.com
Løypelegger:	Håvard Vassenden
Smittevernansvarlig:	Kristin Hunstad
Teknisk delegert:	Lars Strøm

Covid-19 Regler:

Det er utarbeidet en egen smittevernprotokoll for arrangementet. Alle deltagere og foreldre skal sette seg inn i denne. Den ligger på Eventor.