



PM

# Bymarka 2-dagers

12-13 juni 2021

## Felles informasjon om smittevern for begge løpene

**NB! Personer som har symptomer på luftveisinfeksjoner skal ikke delta (heller ikke ved milde symptomer). Dette gjelder også personer som er i karantene eller isolasjon.**

Det forutsettes at alle som skal delta på løpene følger gjeldende retningslinjer fra FHI i forbindelse med reise til løpene.

Dette er et forenklet arrangement tilpasset koronarestriksjonene med maks antall deltakere på 200. Det er kun åpent for utøvere under 20 år (født 2001 eller senere) bosatte i Trondheim kommune. Etter løpet er avsluttet vil postene bli sittende i skogen for å gi voksne mulighet å løpe. Se mer info i innbydelsen og senere i PM.

Vi ber om at alle deltakere leser gjennom «Veileder for orienteringsløp med begrenset deltakelse» som er laget av Norges Orienteringsforbund ([orientering.no](http://orientering.no) og vedlagt i Eventor). Det vil være desinfeksjonsmiddel ved start og ved mål.

Smittevernreglene krever at vi har oversikt over alle som oppholder seg på arrangementet. Det betyr at de som ikke selv skal løpe, men kun skal skygge løpere i N-klassene, må melde seg på i klassen «skygge» i Eventor. Dette er gratis. Det er ikke tillatt for foreldre/andre som ikke er påmeldt å oppholde seg på arrangementet eller følge løpere rundt i skogen. N-og C-løyper vil ligge på Eventor for de som har behov for gjennomgang av løyper før start.

Det vil være merket til start fra parkeringsplass, via målområdet. Alle løperne vil få kartet sitt utdelt på start. Det vil ikke bli tatt med overtrekkstøy fra start tilbake til parkering/mål.

Det er ingen oppslagstavle, resultater, kiosk eller løperdrikke på samlingsplass. All informasjon vil ligge på nettet. Ta med egen mat og drikkeflaske.

For å unngå unødvendig sammenstimling av mennesker vil det ikke være tilbud om direktepåmelding på arrangementet. Ingen skal være unødvendig på arena etter målgang. Målområdet skal forlates så snart det er praktisk mulig. Alle deltakerne skal lese PM før de ankommer arrangementet.

## Kart

Fjellseter. Utsnitt av Freidig sin kartbase Bymarka nord. Målestokk 1:10.000 og 1:7 500, ekvidistanse 5 meter. Kartet er revidert 2020.

## Terreng

### Lørdag

Skogsterreng med varierende innslag av små og store myrer. Strikt for de kortere og enklere løypene. Detaljert skråli med varierende vegetasjon og sikt for A- og B-løyper.

Alle løyper krysser Fjellseterveien. Før passering av veien har alle løyper en post. Derfra er det merket løype til andre siden. Alle løpere skal følge merking. Det er ingen post eller annen markering ved slutt av merking. Det er ikke tillatt å løpe langs med veien. Veien er markert med lilla kryss på kartet.

### Søndag

Variert skogsterreng med innslag av små og store myrer. En del skråli og enkelte brattere områder. Lite stier.

## Start

Se info om prosedyre for treningsløyper for voksne (21+) under.

Det er brikkesjekk på samlingsplass i retning til start. Her kan man også foreta bytte av brikkenummer.

Opprop 2 minutter før start. Siste minuttet går man inn i riktig bås. N-og C-løpere får kartet når de kommer på start (og ikke i startøyeblikket). Det er ikke løse postbeskrivelser. Første start kl 10:00. Ungdomsklasser med fri start kan starte mellom kl 10 og kl 11.

Lørdag: Ca. 800 m langs med grusveg og skiløype. Veg til start går nedover og flatt.

Søndag: Ca. 1000m langs grusveg og noe myr. Kraftig stigning.

## Stemplingssystem

EMIT. EKT-brikker (o-brikker). Arrangør har ingen brikker til utleie.

## Resultater og premiering

Resultater publiseres på Eventor. Liveresultater kommer på <https://liveres.freidig.idrett.no>. Løypene blir publisert på Livelox etter løpene. Det vil være premiering for alle deltakere t.o.m. 12 år. Premier avhentes ved mål etter løpene lørdag og søndag. Ingen premiering i øvrige klasser.

## Toalett

Det er toalett ved arena. Det er ikke toalett på vei til start.

## Klasser og løypelengder

På lørdag har klasse D/H 50 og eldre kartskala 1:7 500. Øvrige 1:10 000.

På søndag har klasse D 21, H 17-20, H 21, H 40 og AL-åpen kartskala 1:10 000. Øvrige 1:7 500.

Klasser fra D/H21 og oppover vil kun være mulig å løpe som trening etter ungdom/juniorløpet er ferdig.

Nivå	Klasse	Løypelengde, Lørdag	Løypelengde, Søndag
N-1	N-åpen	2,1 km	1,7 km
N-2	D/H 9-10, N2-åpen 10-20, N2-åpen 21-	2,0 km	1,8 km
C	D/H 11-12, C-åpen 10-20, C-åpen 21-	2,5 km	2,6 km
B	D/H 13-14, B-åpen 10-20, B-åpen 21-	3,4 km	2,8 km
A	D 70, D 80, H 80	2,4 km	2,6 km
A	D 60, H 70, AK-åpen	3,0 km	3,4 km
A	D 15-16, D 50, H 60	3,1 km	3,6 km
A	D 17-20, D 40, H 15-16, H 50	3,2 km	4,2 km
A	D 21, H 40	4,4 km	5,7 km
A	H 17-20, H 21, AL-åpen	4,9 km	6,4 km

## Treningsløype for voksne

Kart til de som har meldt seg på finnes på start fra kl 14. Postene vil sitte ute til kl 18. Det vil være tidtaking med nulling av brikken på start og selvbetjent brikkeavlesning ved mål. **Husk å sprite hender og brikke før start og avlesning i mål. Håndsprit finnes på start og mål.**

I umiddelbar nærhet til målstemplingen finnes det en selvbetjent avleser. Du må ha mobiltelefon tilgjengelig ved avlesning og husk også vask/desinfisering før betjening. Instruks er slått opp ved avleseren (det kommer opp en QR kode som man skanner med kameraet på mobil). Resultatene med strekktider finnes via <http://ru-stad.name/htime>.

Pga. ingen bemanning på mål vil eventuelle feilstemplinger måtte avklares via mail etter resultat er publisert.

## Organisasjon

Løpsleder: Erik Gustafsson, [mail@erikgustafsson.no](mailto:mail@erikgustafsson.no), Tlf 452 69 414

Løypelegger, lørdag: Johan Ivarsson

Løypelegger, søndag: Jørgen Tegdan

Smittevernansvarlig: Mari Angell-Petersen, Tlf 416 55 657