KRISTIANSAND ORIENTERINGSKLUBB
TILSLUTTET NORGES IDRETTSFORBUND OG NORGES ORIENTERINGSFORBUND

KOK «Pizza» Cup 2021

Tirsdager fra 24.august til høstferien arrangerer KOK Pizza cup med Ungdomsløp/ungdomsløyper. De fleste gangene fra Klubbhuset med start kl 18.00 (se program under). To av løpene er KSO – Kristiansand Sprintorientering. Også voksne kan prøve på løypene.

Det blir løyper med 4 forskjellige vanskelighetsgrader. Grønn (nybegynner), Blå (litt utfordrende), Rød (litt mer utfordrende) og Svart/A-løype (den vanskeligste). Løypene er ca 1,5 – 4 km lange. For løpere 13-16 år vil vi ha noen spesielle poengstrekk i Blå, Rød og A-løype.

Det blir elektronisk tidtaking, emit. Du får nødvendig instruksjon og låne emit-brikke om du ikke har egen. Da forhåndspåmelding i eventor gjør det lettere for arrangørene er det ønskelig, men ikke noe krav. Vi hjelper gjerne til med påmelding.

KOK Pizza Cup er gratis for klubbens alle medlemmer. For andre er deltageravgiften kr 200 (0-12 år), kr 300 (13-16 år) og kr 400 for eldre. I deltageravgiften inngår medlemskap i KOK for høsten 2021.
Det blir premier til alle ungdommer som fullfører minst 4 tirsdager og til de med flest poeng fra poengstrekkene. Premieutdeling blir etter løpet tirsdag 28.september.

GENERALSPONSOR
SPAREBANKEN SØR
HOVEDSPONSOR
RAMBØLL
TORVKVARTALET
TRIMTEX
LEVERANDØR-SPONSOR
LÖPLABBET
SWENOR Lightning
ColorLine
SØRLANDET OSTEOPATI & FYSIOTERAPI
24SevenOffice

Plan KOK Pizza Cup 2021

Dato	Oppmøte	Start	Tema	Poengstrekk
24.aug	Klubbhuset	Grønn Slette	Mange poster	Publikumsstrekk
31.aug	KSO		Skogssprint	Fra siste post til mål
7.sept	Klubbhuset	Høymyr	Høydekurver	Motbakkestrekk
14.sept	KSO		Skogssprint	Fra siste post til mål
21.sept	Klubbhuset	Grønn Slette	Langdistanse	Langstrekk
28.sept	Dyreparken	Dyreparken	Sprint	Start fra kl 17.00

Klasser og Løype

Grønn Løype
Gutter 8-10 år, Gutter 11-14 år,
Jenter 8-10 år, Jenter 11-14 år

Blå Løype
Gutter 11-16 år, Jenter 11-16 år

Rød Løype
Gutter 13-16 år,
Jenter 13-16 år

Mer informasjon kommer på Facebook KOK Minitasser, KOK Råtasser og Facebook KOK ungdommer, www.kok.no og eventor.

Velkommen!

KRISTIANSAND ORIENTERINGSKLUBB

TILSLUTTET NORGES IDRETTSFORBUND OG NORGES ORIENTERINGSFORBUND

Litt forklaring av løypenes letthetsgrad. Delvis hentet fra Norges Orienteringsforbund

GRØNN	Enkel orienteringsløype hvor du kan følge stier og andre tydelige ledelinjer som f.eks. bekker, vannkant og kraftledninger mellom postene. Løypa har et opplagt veivalg langs sammenhengende ledelinjer, men kan i tillegg ha kuttemuligheter mellom postene på noen strekk. Postene henger maks 15 meter fra ledelinjen, men er samtidig godt synlig fra stien/ledelinjen.	Passer for alle som er nye i orientering, samt KOKs Råtasser 7-12 år. De yngste må ha med voksen gjennom løypa
BLÅ	Litt mer avansert begynnerløype (nokså lett) Følger stort sett stier/ledelinjer, men enkelte steder må du forlate stien/ledelinjen. Løypa kan ha noen strekk med flere veivalgsmuligheter. Postene henger på en stor og tydelig detalj maks 100 meter fra stien/ledelinjene. Det er en sikker og tydelig oppfangende detalj bak posten om du skulle komme for langt.	Passer for alle som har litt erfaring med orientering og behersker nybegynnerløyper. KOKs ungdomsløpere 11-16 år som har vært med litt tidligere.
RØD	Ei løype for de som ønsker litt mer utfordrende løype. Du bør beherske blå løype på en grei måte før du løper denne. Løypa inneholder enkelte strekk hvor du orienterer uten tydelige stier/ledelinjer. Kan være noen strekk hvor du utfordres til å løpe på retning/kompass samt må ha litt forståelse for høydekurver. Noen poster kan være plassert på mindre, men fortsatt tydelige detaljer. Det er en sikker og tydelig oppfangende detalj bak posten (100-200 meter).	Passer for alle som har en del erfaring med orientering og behersker løyper på blå nivå på en god måte. KOKs ungdomsløpere 11-16 år som vil ha litt mer utfordring enn blå løype.
A-løype SVART	Ei løype for de mer erfarne løperne i alle aldre. Løypa er lagt opp for å gi variasjon og større o-tekniske utfordringer i den grad aktuelt terrengområde inviterer til dette.	Passer for de som behersker rød løype på en grei måte og ønsker størst mulig o-tekniske utfordringer.