

KM mellomdistanse og krinsløp langdistanse

Laurdag 11. og søndag 12. juni 2022

Frammøte og parkering

Ullsheim (5 min. forbi anlegget)

Merka frå RV 15 ved Skogstjerna og frå RV 15 ved Øyane

Det er 5-10 min. å gå frå parkering til samlingsplass.

Start laurdag

Første ordinære start kl. 14.00. N- og C-løyper startar ved samlingsplass (start 2). Ca. 10 min å gå til start 1. (N-løypene og opne klassar kan starte frå kl. 14.00).

Start søndag

Første ordinære start kl. 12.00. Start 2 (N- og C-løyper) ca. 10 min å gå. Start 1 ca. 20 min å gå. N-løypene kan starte frå kl. 11.00

Kart

«Tverrfjellet» Målestokk 1:10.000/1:7.500/1:5000 Ekvidistanse 5m. Utgjeve 2006. Korrigert 2022. Laserutskrift på vassfast papir.

Terreng

Laurdag: N- og C-løyper sti- og løypenett, B- og A-løyper stort sett slak, myrlendt skråli med mykje gamal furuskog.

Søndag: Som laurdag, men for dei lengste løypene halvåpe fjellterreng.

Løyper/klassar

Løype	Nivå	Lengde (km)	Vinnartid (min)	Lengde (km)	Vinnartid (min)	Klassar
		Laurdag		Søndag		
1	A	3,5	25-30	6,8	55-60	H17-18, H19- (H17- søndag)
2	A	2,9	25-30	5,5	45-55	D17-18, D19-, D40-, H15-16, H40-, H50-, A-open, (AL-open søndag)
3	A	2,5	25-30	4,2	35-50	D 15-16, D50-, D60-, H60-
4	A	2,1	20-35	3,0	30-45	D 70, D80, H70-, H80-, (AK-open søndag)
5	B	2,3	20-30	3,2	25-35	D13-14, H13-14, B-open 10-16, B-open 17-
6	C	2,0		2,0		D11-12, H11-12, C-open 10-16, C-open 17-
7	N-2	1,9		1,8		D9-10, H9-10, N2-open 9-16, N2-open 17-
8	N-1	1,1		1,0		N1-open

NB: Open-klassar kan starte frå kl 13.00 (laurdag)/kl. 11.00 (søndag), og det er tillatt med samløping og skygge/ledsager.

Kart delast ut på arena for: N1-open, N2-open 10-16, N2-open 17-, D9-10, H9-10, D11-12, H11-12 og C-open 10-16.

Overnatting

Høve til campingvogn, bobil og telt på Ullsheim. 200 kr per natt.

Ta kontakt med løpsleiar: annemariesvarstad3@gmail.com, tlf 92609077.

Servicetilbud og fasilitetar

Enkel kiosk og løpardrikke. Mobilt toalett ved arena. Høve til å dusje ved Ullsheim.

Småttroll

Ja, men ikkje barneparkering.

Påmeldingskontingent

	Ordinær påmelding (tom 7.6)	Etterpåmelding
17 år og oppover	Kr. 140	Kr. 210
AL-open AL, AK-open, B-open 17-, C-open 17-, N-open 17-	Kr. 140	Kr. 140
13-16 år	Kr. 80	Kr. 120
Til og med 12 år og Open-klassar 10-16	Kr. 80	Kr. 80

Faktura for startkontingent blir send til laga etter løpet

Påmelding

Påmelding via Eventor innan tysdag 7.juni kl. 23.59.

<https://eventor.orientering.no/Events/Show/16072>

<https://eventor.orientering.no/Events/Show/16073>

Etterpåmelding

Etterpåmelding via Eventor innan fredag 10. juni kl 19 (kjem då med i trekking av startliste)

Etterpåmelding i sekretariatet løpsdagen seinast 1 time før start (må då starte først)

Påmelding løpsdagen for open-klassar utan etterpåmeldingsgebyr til sekretariatet.

EKT/Tidtaking

Emit løparbrikke må nyttast. Leige av brikke kr. 25,- (blir fakturert etter løpet).

PM og Startliste

PM og startliste blir lagt ut på Eventor innan fredag kveld klokka 22:00.

Premiering

Rett etter løpa

N-open, N2-open 10-16, D9-10, H9-10, D11-12, H11-12, C-open 10-16, B-open 10-16	Premie til alle
H15-16, D15-16, H13-14, D13-14, N2-open 17-, C-open 17-	Premier til 1/3 av antall startande
D17-18, H17-18, D19-, H19-	Premier til 1/8 av antall startande
Øvrige klasser	Premie til vinnaren

Løpsleiar

Anne Marie Svarstad, mobil: 92609077, e-post: annemariesvarstad3@gmail.com

Løypeleggjarar

Per Øen

TD

Dag Arne Eide

Øvrig informasjon

O-troll leir 11-12 juni <https://eventor.orientering.no/Events/Show/16600>

Krinslagssamling 11-12 juni

Facebook:

Vel møtt!

Forklaring løpenivå:

LØYPE - NIVÅ	Forklaring	Tilleggsopplysninger
GRØNN	N1-løype Nybegynner (veldig lett) Har et opplagt veivalg langs sammenhengende ledelinje av typen vei, sti, bekk, gjerde. Alle poster skal ligge på eller rett ved ledelinje og i skifte av ledelinje der dette ikke er tydelig i terrenget. Merking av strekk bør benyttes der det ikke er tydelig ledelinje.	Passer for alle som er nye i orientering. Klasse N-åpen skal tilbys N1 løype. Dette er enkleste løype, spesielt tilpasset nybegynner barn.
GRØNN	N2-løype Nybegynner (lett) Har et opplagt veivalg langs sammenhengende ledelinje. Kan i tillegg ha kuttemuligheter mellom postene på noen strekk. Kan ha skifte av tydelig ledelinje ved post og 1-3 ganger mellom postene. Poster kan henge 5-15 meter fra ledelinja på tydelig detalj, men skal synes fra ledelinja.	Passer for alle som er nye i orientering. Klasse D/H 9-10 skal tilbys N2 løype.
BLÅ	C-løype Avansert begynner (nokså lett) Følger stort sett ledelinjer, men enkelte steder forventes løperen å forlate ledelinjen. Kan ha noen strekk med veivalgsmuligheter. Poster kan henge 100 – 150 meter vekk fra ledelinjene på tydelig detalj. Bør ha en god oppfangende front og skal ha en tydelig oppfanger bak posten.	Passer for alle som har litt erfaring med orientering og behersker nybegynnerløyper.
RØD	B-løype Den kompetente /øvet (middels vanskelig) Må kunne orientere uten ledelinjer og krever forståelse av høydekurver og finorientering inn mot postene. Det skal være en sikker oppfangende detalj bak posten (100-200 meter). Posten skal ligge på tydelig detalj.	Passer for alle som har en del erfaring med orientering og behersker løyper på C-nivå.
SVART	A-løype Erfaren Kan være krevende orientering, uten tydelige detaljer på strekket eller nær posten. Bør beherske alle orienteringsteknikker.	Passer for alle som har god erfaring med orientering og behersker løyper på B-nivå.