



HOVEDLØPET LANGDISTANSE 2022 PM

LØRDAG 6. AUGUST 2022

HOVEDLØPET LANGDISTANSE

Sandnes IL Orientering ønsker velkommen til Hovedløpet i orientering – langdistanse lørdag 6. august.

ADKOMST OG PARKERING

Publikum og ledere som ikke bor på skolene som skal være på arena, møter opp ved [Vatne skytebane](#) merket fra FV516 ved Vatne.

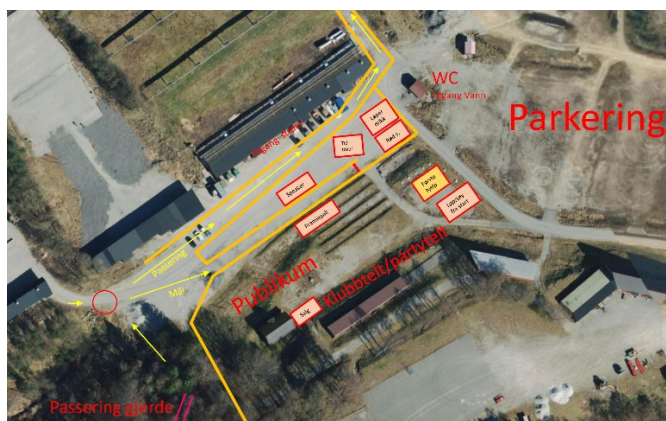


ARENA OG PUBLIKUMSOMRÅDE

ARENA

Arena er ved Vatne skytebane. Parkering i umiddelbar nærhet til arena innenfor Vatne skytebane.

Arena ligger på grusplass med naturlig amfi i skråning og gresslette med fast underlag. Lagstelt kan settes opp på avmerket område.



TRANSPORT

LØPERE TIL KARANTENE/START

Løpere kjøres i buss fra [Austråthallen](#). Det er ca 15 min kjøring fram til avstigning. Det er oppmøte [Austråthallen](#) for registrering 10 min før bussavgang, se tabell nedenfor. Tidspunkt for bussavgang bestemmes ut fra starttiden din. Busslister publiseres på Eventor. **Vi kan ikke love at de som ikke rekker sin buss kommer tidsnok til start, så møt opp tidsnok.**

LEDERE TIL KARANTENE/START

Det er satt av ca 8-10 plasser pr buss til trenere/ledere som ønsker å være med til karantene/start område, avgangene fra Austråthallen følger samme tabellen som for løperne.

Til karantene fra Austråthallen				
	Oppmøte	Avreise	Ankomst	
Starter	Austrått	Austrått	buss	Buss
11:00-11:17	09:35	09:45	10:00	A
11:18-11:31	09:50	10:00	10:15	B
11:32-11:44	10:05	10:15	10:30	C
11:45-11:58	10:20	10:30	10:45	A
11:59-12:12	10:35	10:45	11:00	B
12:13-12:26	10:50	11:00	11:15	C
12:27-12:46	11:05	11:15	11:30	A
12:47-13:20	11:20	11:30	11:45	B

LEDERE TIL ARENA

Retur fra karantene/start går i hovedsak til Austråthallen hvor transport til arena skjer. De 3 siste bussene til karantene/start går direkte til arena, se tabell nedenfor, møt opp i god tid. Transport fra Austråthallen til arena følger tabellen nedenfor

Til arena, fra Austråthallen og arena			
Avreise	Avreise	Ankomst	
Austrått	karantene	Vatne	Buss
09:45		09:55	D
10:15		10:25	D
10:45		10:55	D
11:15		11:25	D
11:45		11:55	D
	11:25	11:45	C
	11:50	12:10	A
	12:15	12:35	B



ŠKODA

NONAME

TRANSPORT ETTER LØPET

Det settes opp busser tilbake til Austråthallen umiddelbart etter at premieseremoni er avholdt. Antatt fra kl 15.15.

BUSSAVSTIGNING OG KARANTENE/START

Fra avstigning buss er det ca 160 meter å gå til karanteneområdet.

Ved karantene er det løpskontor og telt for løpere, tilgang på rent vann og WC.

Fra karantene er det ca 900 meter til forstart som er i umiddelbar nærhet til start. Det er plassert WC og rent vann på vei til start.

LØPSKONTOR

Løpere som er påmeldt uten emiTag eller emit-brikke får tildelt leie emiTag/brikke, se startliste i Eventor. Disse blir utdelt i løpskontoret i karanteneområdet.

Noen løpere er påmeldt med emiTag-brikker som har serienr lavere enn 3 929 600 og som skulle ha vært byttet inn før sommer-sesongen 2022. Disse er tildelt leie emiTag som utdeles i løpskontoret.

EmiTag som leies beholdes gjennom hele HL/OLL, dvs. til kretsstafetten er ferdig. Leid emit-brikke leveres inn etter målgang. Tap av leid emiTag belastes med kr 865,-.

Alle skal i god tid før de starter innom løpskontoret i karanteneområdet for å sjekke at emiTag fungerer.

Om emiTag'en ikke fungerer som den skal er det mulig å leie ny.

STARTNUMMER

Alle skal løpe med startnummer. Startnummer hentes av hver enkelt løper fra oppheng ved løpskontoret i karanteneområdet. Sjekk startlista i Eventor for å finne ditt startnummer. Det vil også være oppslag i karantene. Startnummeret skal festes foran på løpsdrakten med sikkerhetsnåler.

Det er ikke tillatt å brette bort deler av startnummeret. Sikkerhetsnåler fås sammen med startnummer.

TØY TIL ARENA

Tøy og bager som skal transporteres fra karantene til arena legges på anvist sted. Det er tilgjengelige merkelapper ved karanteneområde.

KONKURRANSE

TERRENG

Løperne vil møte et variert terreng med flere ulike terrengetyper. Generelt grovkupert vekslende mellom halvåpent, furuskog, buskfuru og løvskog. Flere partier har en del berg i dagen. Det er mange turstier i terrenget, flere rødmerket med T. Stiene er hovedsakelig steinete. Løpbarheten er varierende. Alt fra partier med veldig god løpbarhet til steinete og tuete bunn som er krevende løpsteknisk. Gressveksten er høy på denne tiden av året. Den er noe redusert av en beitende kuflokk. Det vil være en del mindre stier og tråkk som ikke er på kartet. På selve løpsdagen vil kuflokken være tatt ut av løpsområdet.

KART

Kart Kubbetjørn. Utgitt 2022. Kartnorm [ISOM 2017](#). Målestokk 1:10000. Ekvidistanse 5 m.

Løpskartene er laserprintet på vannfast papir i A4-format. Postbeskrivelser er trykt på kartet, i tillegg er det løse postbeskrivelser ved start.

Spesielle karttegn:

× «Crane Norway beachflagg»

KLASSER OG LØYPER

Klasse	Starttid	Startnr.	Lengde (km)	Poster	Stigning
D14	11:00	1-50	2,8	13	130
H14	11:01	301-360	3,3	14	145
D15	11:01	101-150	4,1	17	180
H15	11:01	401-460	4,8	18	220
D16	11:00	201-250	4,4	17	190
H16	11:00	501-575	5,5	19	245
D14-16C	11:12	601-610	2,5	11	95
H14-16C	11:00	611-620	2,5	11	95

Det er ingen væskeposter.

Startlistene blir trukket etter NOF's regler for hovedløp. Det vil si at i hver av klassene er løperne delt i to puljer, den ene puljen starter først på langdistansen, den andre puljen starter først på sprinten.

ANTREKK

Antrekk ihht. NOFs regler.

FORBUDTE OMRÅDER

Alle løypene vil komme i kontakt med et forbudt område merket med skravert lilla symbol (karttegn 709 forbudt område). Dette er ikke merket i terrenget, men er avgrenset naturlig av gjerder.

Klassene D/H15 og D/H16 vil etter arenapassering komme i kontakt med flere sandhauger/sandgrunn (karttegn 213 sandgrunn). Områdene er merket forbudt på kartet med skravert lilla symbol (karttegn 709 forbudt område). De er merket med sperrebånd i terrenget.

GJERDEOVERGANGER

Løperne vil komme i kontakt med flere gjerdeoverganger. Overgangene anbefales brukt.

Alle løypene vil før arenapassering, eller målgang for de løypene som går direkte i mål, passere igjennom en midlertidig åpning i et upasserbart gjerde. Åpningen er tegnet som gjennomgang (karttegn 519 gjennomgang) og merket med hvite og røde merkebånd på begge sider av åpningen. Alle skal benytte denne åpningen.

KARANTENEOMRÅDE TIL FORSTART

Det er ca. 900 meter merket løype fra karanteneområdet til forstart. Løperne bør sette kursen mot forstart senest 25 min før sin egen starttid.

Løperne får utdelt oppvarmingskart med kartutsnitt som viser veien fram til forstart. Oppvarming gjøres innenfor dette kartutsnittet. Oppvarmingskartet har en løype på ca 900 meter med 5 poster (kun postflagg) for de som ønsker.

Alle løpere skal passere gjennom utsjekk fra karantene for kontroll av emitag.

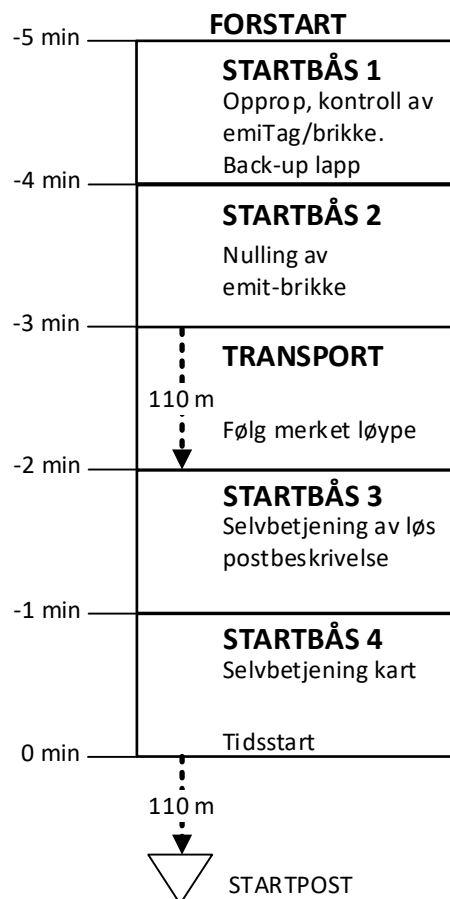
Forstart er i umiddelbar nærhet til start. På vei til forstart er det toaletter (ca 400m før forstart).

Det er slått opp startlister ved forstart.

Oppvarmingstøy legges i sekk/pose og leveres på anvist plass like før forstart. Det kan ikke garanteres at dette er tilgjengelig ved arena ved målgang.

STARTPROSEDYRE

Følgende prosedyre beskriver hva som skjer fra opprop ved forstart til start av konkurranse.



TIDTAKING

Tidtaking blir gjort med emitag. Løpstiden går fra starttidspunkt angitt i startlisten til løper passerer mållinje.

POSTER OG STEMPLINGSKONTROLL

HL langdistanse benytter emit stemplingsenheter og løperne benytter emit-brikke for stemplingskontroll.

- Postene henger stedvis tett, sjekk koder! Postene er markert med postskjerm og stemplingsbukk for emit-brikke.

ARENAPASSERING

Klassene D/H15 og D/H16 vil passere arena. Passeringspost og siste post er den samme, kode 150.

Det er viktig at løperen velger rett sluse rett etter posten, alt etter om en skal i mål eller passere. Slusen til venstre er passering arena. Den til høyre fører til mål.



ŠKODA

NONAME

Klasse D/H 14 og D/H14-16C skal IKKE passere arena, men løper direkte i mål i høyre sluse.

FORVARSLING/MELDEPOSTER

Det er forvarsel kort tid før målgang i klasse D/H14.

Klassene D/H15 og D/H16 har forvarsel før passering arena. Etter passering arena er det ingen meldeposter.

Det er ikke forvarsel i klasse D/H14 – 16C.

Det er flere meldeposter ute i løypene.

ETTER MÅLGANG

Etter målgang skjer følgende:

- Avlesning av emit-brikke.
- Utskrift av strekktidslapp til løper.
- Ved feil i stimplingskontrollen ledes deltaker videre til rød sone.
- Innlevering av leid emit-brikke.
- Leid emiTag beholdes til etter kretsstafetten.

Deltakere som bryter løpet, må melde fra i mål.

RESULTATER

Resultater vil være tilgjengelig på:

<https://liveresultater.no/>

KLAGE OG PROTEST

KLAGE

Utover det som er bestemt i konkurransereglene gjelder følgende:

- Klager må leveres inn skriftlig til løpsledelsen.
- Klageskjema fås ved henvendelse i rød sone ved målgang.
- Frist for innlevering av klage er 15 min etter at offisiell resultatliste er annonsert av speaker på arena.

PROTEST

Protest på arrangørens avgjørelse på klager må leveres inn skriftlig til et medlem av juryen innen de frister som er gitt i klagebehandlingen.

PREMIEUTDELING

Løperne skal oppholde seg i publikumsområdet til siste løper er i mål. Det blir premieutdeling på arena direkte etter løpet, ca. kl. 14.30. Vi oppfordrer både løpere og publikum til å være igjen på arenaen til etter premieutdelingen slik at vi sammen kan skape en flott ramme for løperne.

DIVERSE

GARDEROBER

Garderober med dusjer er tilgjengelig i Austråthallen etter løpet.

TOALETTER

Det er toaletter på arena.

KIOSK

Det er kiosksalg på arena med utvalg av mat/drikke. Det er mulig å betale med kort og kontanter.

SANITET

Det vil være lege og helsepersonell til stede på arena. Ved behov for hjelp, oppsøk merket stasjon eller ring 90677775/99550581.

Ved livstruende situasjoner, ring 113.

Ved behov for legevakt, ring 51683150, legevakt Sandnes

MED FOKUS PÅ MILJØ

Sporløs ferdsel gjelder ikke bare ute i naturen, men også i bolig- og skoleområder. Vi oppfordrer løpere, ledere og publikum om levere inn pant, og ellers benytte seg av søppelbøttene.

ORGANISASJON

HL Løpsansvarlig	Tor G. Aksland 480 61 281
Løpsleder Lang	Oddgeir Eikeskog 982 30 786
HL Løypeansvarlig	Sigurd Oftedal
Løypelegger	Gisle Wathne og Tom Furland
TD/Løypekontrollør	Trond Lamark, Ganddal I.L.
TD/Kontrollør (NOF)	Jan Arild Johnsen, NOF
Jury	Emil Wingstedt, Halden SK Vigdis Hobøl, Oppsal Orientering Knut Jostein Sætnan, Fossum IF



ŠKODA

NONAME

VI TAKKER VÅRE SPONSORER!

Hovedsponsorer



Sponsorer



Samarbeidspartnere

