



LØPSINFO (PM)

Norges orienteringsforbund og Oppsal orientering ønsker velkommen til O-festival i Østmarka 23.-25. juni 2023.

Det er for tiden stor skogbrannfare. Det er ikke tillatt med bål eller grill på arena.

Program

Fredag 23. juni Sprint - Arena Haraløkka

Løpskontor/informasjon er åpent: 15.30 - 21.00

Start Åpne klasser (med fri start): 17.00-20.00

Start Øvrige klasser: 18.00-20.00

Avstand parkering – arena: ca. 2 - 2,5 km

Merket vei fra parkering til arena **skal** følges da man ellers vil gå i sperret løpsområde.

Avstand arena – start 1: Ca. 300 meter

Avstand arena – start 2: Ca. 900 meter

Merket løype fra arena til start **skal** følges da man ellers vil gå i sperret løpsområde.

På vei til start må alle deltagere innom Brikkesjekk.

Lørdag 24. juni Mellomdistanse – Arena Grønmo

Løpskontor er åpent mellom: 09.00 - 15.00

Start Åpne klasser (med fri start): 10.00-14.00

Start M21E1 og W21E: 10.00-14.00

Start Øvrige klasser: 11.00-14.00

Start Lagkonkurranse for råtasser: 14.00

Avstand parkering – arena: Opptil 500 meter

Avstand arena - start: Ca. 1000 m, ca. 20 meter stigning.

Merket løype fra arena til start **skal** følges da man ellers vil gå i sperret løpsområde.

På vei til start må alle deltagere innom Brikkesjekk.

Start for lagkonkurransen for råtasser er på arena

Søndag 25. juni Langdistanse – Arena Grønmo

Løpskontor er åpent mellom: 09.00 - 15.00

Start Åpne klasser (med fri start): 10.00-13.00

Start M21E1, M21E2, W21E, D15 og H15: 10.00-14.00

Start øvrige klasser: 11.00-13.00

Avstand parkering – arena: Opptil 500 meter

Avstand arena – start: Ca. 900 meter langs sti, ca 50 m stigning.

På vei til start må alle deltagere innom Brikkesjekk.

Parkering og adkomst arena

Parkeringsavgift 40 NOK pr dag eller 100 NOK for alle tre dager. Beløpet betales via Vipps til 815514 eller på løpskontoret.

Sprintdistanse Haraløkka Idrettspark, Bøler.

Parkering på Skullerud. Følg merking til Skullerud fra avkjøring nr 30, Abildsø, på E6. Det er ikke tillatt å kjøre direkte til Haraløkka Idrettspark.

Merket fra parkering til arena, ca 2,5 km å gå på asfalt/grusvei, med hvite og oransje merkebånd.

Det er begrenset med parkering på Skullerud. **Vi oppfordrer de som har mulighet til det å bruke offentlig kommunikasjon eller sykle.** Fra busstopp Bøler T er det kun 800 meter å gå. Det er sykkelparkering på arena.

Informasjon: Hvis det blir fullt på begrenset parkering Skullerud, vil deltagere bli henvist til avgiftparkering (Park Nordic eller EasyPark). Det betales da ikke p-avgift til arrangøren for den dagen.

Offentlig kommunikasjon.

- Buss 24 Fornebu vest - Bøler T
- Buss 76 Helsefyr T – Mortensrud T
- Buss 79 Grorud T – Åsbråten, og
- Buss for bane, 3b Helsefyr T-Bøler T
- OSL-Ekspressen Gardermoen - Mortensrud

Stoppsted Bøler T. Herfra er det merket med hvite og oransje merkebånd til arena, ca. 800 meter å gå.

NB: Løpere må følge merking fra parkering/busstopp til Arena da man ellers vil gå gjennom sperret område. Dette gjelder også om man sykler

Mellom- og langdistanse Grønmo Arena

Parkering på Grønmo. Følg merking til parkering fra avkjøring nr 27, Klemetsrud, på E6 og fra Riksvei 155.

Merket fra parkering til arena, ca 500 meter å gå på gress og grusvei, merket med hvite og oransje merkebånd.

Offentlig kommunikasjon

Buss 550 Oslo Bussterminal – Enebakk

Stoppsted Godheim. Herfra er det merket med hvite og oransje merkebånd til arena, ca. 2 km å gå.

Kart og terreng

NB: Det er mange poster i terrenget alle tre dagene, og enkelte ligger tett. Vær nøye med å sjekke postkodene!

Kartene er trykket på vannfast papir.

Fredag - sprint

"Haraløkka" - Målestokk for de ulike klassene er oppgitt i tabell som angir løypelengder.

Ekvidistanse 2 m - Revidert 2023 - Karttegner Kristen Treekrem

Spesiell detalj: x = Beachflagg

Terrengbeskrivelse:

For eliten og D/H 13-16 blir det blokkbebyggelse med innslag av skoleområder, park, idrettsanlegg og gater. God løpbarhet.

Det anbefales å løpe med joggesko eller o-sko uten pigg.

For øvrige klassene går løypene i et mye benyttet turområde og har mange stier og sykkelstier. Småkupert, med detaljrikt kurvebilde. Vegetasjonen veksler fra åpen furuskog til områder med noe tettere gran- og løvskog, store områder har god sikt. Løpbarheten er jevnt over god.

Det anbefales å løpe med o-sko.

Forbudte områder:

Det er forbudt å løpe på områder med olivengrønt karttegn eller lilla skravert område (karttegn 709).

Det er enkelte terrengsperringer, disse er markert med røde og hvite sperrebånd i terrenget.

Overtredelser vil kunne føre til diskvalifikasjon.

Lørdag – mellomdistanse

"Spinnern/Skullerudåsen" - Målestokk for de ulike klassene er oppgitt i tabell som angir

løypelengder. Ekvidistanse 5 m - Revidert/utgitt 2023 - Karttegner Kristen Treekrem

Spesiell detalj: o = Gapahuk

Stier: Terrenget benyttes av mange turgåere og syklistere, som gjør at det stadig skapes nye stier og tråkk. Det er derfor en del mindre tråkk som ikke er med på kartet.

I meget åpne områder er steiner under minstemål tatt med på kartet.

Terrengbeskrivelse:

Området er et mye benyttet turområde og har mange stier og sykkelstier. Terrenget er moderat kupert og består stort sett av detaljrike skrålier og åpne rygger. Vegetasjonen veksler fra åpen furuskog til områder med noe tettere gran- og løvskog, store områder har god sikt. Deler av terrenget har innslag av berg i dagen, mens det i andre områder er mer steinete grunn. Løpbarheten er jevnt over god.

Syklister:

Det er mange syklistere i løpsterrenget. Både på grusveiene og på egne sykkelstier i løpsområdet.

Søndag - langdistanse

"Spinnern/Skullerudåsen" - Målestokk for de ulike klassene er oppgitt i tabell som angir

løypelengder. Ekvidistanse 5m - Revidert/utgitt 2023 - Karttegner Kristen Treekrem

Stier: Terrenget benyttes av mange turgåere og syklistere, som gjør at det stadig skapes nye stier og tråkk. Det er derfor en del mindre tråkk som ikke er med på kartet.

Terrengbeskrivelse

Løpsterenget er variert og inneholder både et mye brukt turområde med mange stier og sykkelstier, til villmark med færre stier og uberørt natur. Terrengen er moderat kupert med nord-sørgående åser og en del myrer og vann. Vegetasjonen er i stor grad åpen furuskog med lyng og god sikt, med noe innslag av tettere granskog. Løpbarheten er jevnt over god.

Forbudt område:

Det er ikke lov å krysse områder markert med olivengrønt på kartet. I tillegg er det en eng/åpent område som er markert som forbudt område på løpskartet og sperret med heltrukne bånd i terrenget.

Overtredelser vil kunne føre til diskvalifikasjon.

Kartbytte og arenapassering

Fredag – sprint

Kartbytte for D/H 17-18E, D/H19-20E, W21E, M21E1 og M21E2 ved å snu kartet

Klassene D/H17-18E, D/H19-20E og W/M21E vil passere på nordsiden av arena underveis i løpet.

Lørdag - mellomdistanse

Det er kartbytte for W21E og M21E1 ved å snu kartet

Søndag – langdistanse

Det er arenapassering for W21E, M21E1 og M21E2.

Klasser og løyper

Ordinære klasser

Løype	Sprint			Mellom		Lang	
	Start fredag	Distanse	Målestokk	Distanse	Målestokk	Distanse	Målestokk
M21E1	1	3,8	1:4000	5,4	1:10.000	13,2	1:15.000
W21E	1	3,2	1:4000	4,6	1:10.000	9,6	1:15.000
M21E2	1	3,8	1:4000	4,8	1:10.000	12,1	1:15.000
H19-20E	1	3,2	1:4000	3,8	1:10.000	9,3	1:15.000
D19-20E	1	3,2	1:4000	3,2	1:10.000	6,8	1:15.000
H17-18E	1	3,2	1:4000	3,4	1:10.000	8,2	1:15.000
D17-18E	1	3,1	1:4000	3,0	1:10.000	6,1	1:15.000
H16	1	2,6	1:4000	3,3	1:10.000	5,4	1:10.000
D16	1	2,3	1:4000	3,0	1:10.000	5,1	1:10.000
H15	1	2,6	1:4000	3,1	1:10.000	5,1	1:10.000
D15	1	2,4	1:4000	2,9	1:10.000	4,6	1:10.000
D14, H14	1	2,2	1:4000	2,7	1:10.000	3,7	1:10.000
D13, H13	1	2,0	1:4000	2,5	1:10.000	3,7	1:10.000
D9-10, H9-10	2	1,5	1:4000	2,0	1:7.500	1,9	1:7.500
D11-12, H11-12	2	1,5	1:4000	2,0	1:7.500	2,3	1:7.500
D35	2	2,0	1:4000	3,1	1:10.000	5,5	1:10.000
H35	2	2,1	1:4000	3,7	1:10.000	7,4	1:10.000

D40, D45	2	1,9	1:4000	3,0	1:10.000	5,4	1:10.000
H40, H45	2	2,1	1:4000	3,7	1:10.000	7,1	1:10.000
D50, D55	2	1,8	1:4000	2,7	1:7.500	4,5	1:7.500
H50	2	1,9	1:4000	3,4	1:7.500	6,2	1:7.500
H55	2	2,0	1:4000	3,4	1:7.500	6,2	1:7.500
D60, D65	2	1,8	1:4000	2,4	1:7.500	3,8	1:7.500
H60	2	1,8	1:4000	3,0	1:7.500	5,0	1:7.500
H65	2	1,8	1:4000	3,0	1:7.500	5,0	1:7.500
D70, D75, D80, D85, H80, H85	2	1,7	1:4000	2,2	1:7.500	2,9	1:7.500
H70, H75	2	1,7	1:4000	2,4	1:7.500	4,1	1:7.500

Åpne klasser

Klasse	Sprint			Mellom		Lang	
	Start fredag	Distanse	Målestokk	Distanse	Målestokk	Distanse	Målestokk
N1 Åpen	2	1,5 km	1:4000	1,5 km	1:7.500	1,8 km	1:7.500
N2 Åpen 9-16	2	1,6 km	1:4000	2,3 km	1:7.500	1,9 km	1:7.500
N2 Åpen 17-	2	1,5 km	1:4000	2,6 km	1:7.500	2,6 km	1:7.500
C Åpen 10-16	2	1,7 km	1:4000	2,0 km	1:7.500	2,3 km	1:7.500
C Åpen 17-	2	1,9 km	1.4000	2,5 km	1:7.500	3,1 km	1:7.500
B Åpen 10-16	2	2,0 km	1:4000	2,7 km	1:7.500	3,2 km	1:7.500
B Åpen 17-	2	2,1 km	1:4000	2,8 km	1:7.500	3,9 km	1:7.500
A Åpen Kort	-	-	-	2,7 km	1:7.500	3,8 km	1:7.500
A Åpen Mellom	-	-	-	3,2 km	1:7.500	5,6 km	1:7.500
A åpen Lang	2	2,2 km	1:4000	3,8 km	1:10.000	7,2 km	1:10.000

Klassene D/H 9-10, D/H 11-12, N1 åpen, N2 åpen 9-16, N2 åpen 17- og C-åpen 10-16 får kart i lagsposen som hentes på løpskontoret.

Norgescup – WRE

Startrekkefølgen i WRE-klasser, W21E og M21E1, er seedet i hht IOF sitt regelverk. Øvrige eliteklasser er trukket i hht NOF sitt regelverk.

Jaktstart

Jaktstart søndag i klassene D/H15, D/H16, D/H17-18E og D/H19-20E

Jaktstarten baseres på lørdagens resultater. Første jaktstart i hver klasse er som følger:

D15	10:00	D17-18E	12:00
H15	10:30	H17-18E	12:30
D16	11:00	D19-20E	13:00
H16	11:30	H19-20E	13:30

Løpere som er mer enn 20 minutter etter vinneren, samt de som ble disket eller ikke startet lørdag

går ut i fellesstart 25 minutter etter lederen i klassen. Startlister publiseres på Eventor lørdag kveld. Løperne ropes opp 3 minutter før startid.

Påmelding

Det er mulig å melde seg på i Åpne klasser med fri start helt fram til løpsdagen. **Påmelding skjer via Eventor frem til kl 23.59 kvelden før løpet.** Etter dette på løpskontoret frem til en time før siste start.

Det er ikke etteranmeldingsgebyr for deltagelse i Åpne klasser eller i Lagkonkurransen for Råtasser.

Startkontingent

Alder	Etteranmelding
Åpne klasser -16	150 NOK
Åpne klasser 17-	280 NOK
Lagkonkurransen for Råtasser	250 NOK

Norske klubber blir fakturert i etterkant av arrangementet.

Løpere som ikke er tilsluttet norsk o-klubb skal betale startkontingenten i forbindelse med påmeldingen til bankkonto 0532 14 39421

Utenlandske løpere betaler via

IBAN: NO28 0532 1439 421

BIC: DNBANOKKXXX

Alternativt kan betalingen foretas på løpskontoret.

Stemplings- / tidtakingssystem

Fredag:

Klassene D/H 13, D/H 14, D/H 15, D/H16, D/H 17-18E, D/H 19-20E og D/H 21E skal løpe med emiTag. Øvrige klasser skal løpe med emit-brikke.

Lørdag og søndag:

Alle løpere skal løpe med emit-brikke.

Løpere i klassene D/H15, D/H16, D/H 17-18E, D/H 19-20E og W/M21E skal i tillegg løpe med emitTag for tidtaking.

Lagkonkurransen for råtasser skal bruke emit-brikke. Kun en brikke pr lag. Denne kan ha vært i bruk i det ordinære løpet.

Deltagere som har leid emiTags og/eller emit-brikke henter sine enheter i løpskontoret før start. Løpere som ikke har meldt seg på med gyldig emiTag og/eller emit-brikke får tildelt leieenhet(er) av arrangøren. Løpere som løper flere dager, skal ta vare på enhetene og løpe med samme enhet(er) alle dager. Etter siste løp leveres enhetene ved målgang. Ikke tilbakelevert emiTag faktureres med 865 NOK . Ikke tilbakelevert emit-brikke faktureres med 800 NOK.

Ved start blinker emiTag. Dette indikerer at nulling er foretatt. På poster bekrefter blinkingen stemping. Avhengig av hastighet vil stemping registreres 10-50 cm fra stemplingsenheten. EmiTag med nummer under 3 992 590 er regnet som utgåtte i 2023 og skal ikke benyttes.

Det er løpernes eget ansvar å løpe med riktig brikkenummer i forhold til startlisten. Løpere som løper med feil brikke, kan risikere å ikke bli godkjent. Hvis brikken ikke fungerer når løperen kommer i mål vil ikke løpet bli godkjent.

EmiTag:

Emit-brikke



Brikkesjekk, GPS og startnummer

På vei til start må alle deltagere innom Brikkesjekk.

Utlevering GPS-enheter og vester rett etter Brikkesjekk på vei til start for de som skal løpe med GPS. Beregn ekstra tid for dette. Lister for GPS legges i Eventor etter at startlistene er publisert.

De 20 beste i jaktstarten i klassene D/H 15 og D/H16 får muligheten til å løpe med Livelox-GPS søndag. Det vil ikke være vester til GPS-enhetene så løperne må ha med vest, egnet lomme med glidelås eller lignende.

GPS-enhetene vil bli samlet inn ved målgang. Ikke tilbakelevert GPS-enhet vil bli fakturert med 1.200 NOK. Løpere med GPS-enheter har ikke lov å aktivt deaktivere GPS-enheten før utsjekking ved mål.

GPS-enheter vil bli fordelt som følger de forskjellige dagene.

Klasse	Fredag	Lørdag	Søndag
M21E1	30	30	10
W21E	30	30	10
H19-20E		20	20
D19-20E		20	20
H17-18E	20		20
D17-18E	20		20
H16 *)			20
D16 *)			20
H15 *)			20
D15 *)			20

*) Løperne må selv stille med vest, lomme med glidelås eller lignende. Livelox enheten veier 40 gram og er 4*4*2 cm.

Deltagere i D/H 13 og D/H14 skal løpe med startnummer på fredag, H/D 15, H/D 16 og eliteklasser skal løpe med startnummer alle dager.

Det er selvbetjening av startnummer og sikkerhetsnåler ved GPS-utdeling. (Benytt gjerne sikkerhetsnålene flere dager).

Start og startprosedyrer

Klassene D/H 9-10, D/H 11-12, N1 åpen, N2 åpen 9-16, N2 åpen 17- og C-åpen 10-16 får kart i lagsposen som hentes på løpskontoret og tar dette med til start. Følg gule og sorte merkebånd til alle starter.

Det er to starter fredag. Det er viktig å sjekke hvilken start den enkelte klasse skal starte på. Start for fredag er oppgitt i tabell som angir løypelengder.

Lørdag og søndag er det kun en start.

Løpere med som løper med både emiTag og emit-brikke, nuller emit-brikken ved opprop til start. Øvrige løpere nuller emit-brikken i startøyeblikket.

Avstand til start fredag

Start 1: Ca. 300 m fra arena. Oppvarming skjer mellom arena og start 1.

Det er ca. 90 meter til startpost og avstanden er ikke inkludert i løypelengden

Start 2: Ca 900 meter fra arena. Oppvarming skjer mellom arena og start 2.

Det er ca. 90 meter til startpost og avstanden er ikke inkludert i løypelengden

Merket løype fra arena til start **skal** følges da man ellers vil gå i sperret løpsområde.

På vei til start må alle deltagere innom Brikkesjekk.

Avstand til start lørdag

Start ca. 1000 meter, ca 20 meter stigning.

Det er 100-150 meter til startpost, inkludert i løypelengde.

Merket løype fra arena til start **skal** følges da man ellers vil gå i sperret løpsområde.

På vei til start må alle deltagere innom Brikkesjekk.

Det er toaletter og drikke ved start på lørdag.

Lagkonkurransen for råtasser starter på arena på lørdag.

Avstand til start søndag

Start ca. 900 meter, ca 50 meter stigning

Det er ca. 100 meter til startpost, inkludert i løypelengde.

På vei til start må alle deltagere innom Brikkesjekk.

For sent til start

Løpere som kommer for sent til start får starte så snart det er praktisk håndterbart for arrangør.

Tiden løper fra oppsatt starttid. Starttiden noteres, slik at den kan benyttes hvis det av en eller annen grunn skulle være arrangørs feil at løpere kom for sent og at dette medfører at sluttiden justeres.

Postbeskrivelser

Postbeskrivelser er trykket på løpskartene. Det er i tillegg løse postbeskrivelser ved start.

Mål og målprosedyre

For løpere i klassene som løper med emitTag stoppes tiden når løperen løper over målstreken. Det er ingen stemping på målstreken.

For løpere med emit-brikke skal det stemples i mål.

Fredag og lørdag er det to sisteposter og to innløp. Følg merking/skilting ved starten av oppløpet.

Søndag har alle samme sistepost. W/M21E benytter også denne posten i forbindelse med arenapassering.

Innløpet er delt i tre med innløp for eliteklasser og D/H 15-16, passering arena for W/M 21E og innløp for øvrige klasser.

Se arenaskisse og følg merking/skilting ved innløpet.

Mål stenger:

Fredag kl 20.45

Lørdag kl 16:00

Søndag kl 16:00

Det er ingen maksimaltid ut over at tiden ikke tas på løpere som er i mål etter at mål er stengt.

Drikkestasjoner

Det er drikke i mål alle dager og på start lørdag.

På langdistansen har de lengste løypene væskeposter markert både i postbeskrivelse og på løpskart.

Siden det er meldt varmt vær er det lagt til flere væskeposter. Disse er ikke markert i postbeskrivelse eller løpskart, men vises i tabellen nedenfor.

Det er i tillegg væskepost ved arenapassering for W21E, M21E1 og M21E2 på søndag.

Klasse	Drikkepost etter			
M21E	3,6 km	6,4 km	10,7 km	
M21E2	3,5 km	5,3 km	6,3 km	10,6 km
W21E	3,3 km	5,2 km	8,0 km	
H19-20E	3,5 km	6,5 km		
D19-20E	2,4 km	4,0 km		
H17-18E	3,5 km	5,3 km		
D17-18E	3,2 km			
D15	2,0 km	3,0 km		
H15	2,0 km			
D16	2,0 km			
H16	2,0 km	3,6 km		
D35	2,3 km			
H35	2,3 km	5,8 km		
D40	2,4 km	3,9 km		
D45	2,4 km	3,9 km		
H40	2,3 km	5,5 km		
H45	2,3 km	5,5 km		
D50	2,0 km	2,9 km		
D55	2,0 km	2,9 km		
H50	2,5 km	4,0 km		
H55	2,4 km			
H60	2,0 km			
H65	2,0 km			
AM åpen	2,4 km			
AL åpen	2,3 km	5,5 km		

Løpsantrekk

I henhold til NOF's konkurranseregler 12.3.1

Det er ikke tillatt med metallpigger under sprint for løpere som løper urban sprint (Start 1).

Tøy fra start

Oppvarmingstøy kan legges på anvist sted ved start og blir fraktet tilbake til arena og plasseres i nærheten av oppslagstavler for løpsinformasjon/resultater.

Premiering

Klasser med fast starttid:

-12 år: Premie til alle deltagere hver dag.

Øvrige klasser: Iht NOFs retningslinjer

Klasser med fri start:

N1-åpen, N2-åpen 9-16, C-åpen 10-16 og B-åpen 10-16: Premier til alle.

Øvrige åpne klasser: Premie til vinner av hver klasse.

Barnepark og småtroll

Område sentralt på arena er satt av til aktiviteter for de yngste barna hver dag.

Småtroll:

Alle løpsdager er det mulighet for de aller yngste å løpe/gå "Småtroll"-løypa. Det blir fine turer og premier til alle. Åpent mellom kl. 17.00 – 19.30 (fredag) og kl. 10.00 - 14 (lørdag og søndag).

Løypene er merket med blå og hvite OBOS merkebånd.

Pris: 30 NOK. Betales med Vipps eller på løpskontoret.

Barnepark:

Det er Barnepark i umiddelbar nærhet av arenaen. Her vil det være mulighet for barnepass:

Fredag: Kl. 17.00 - 20.30.

Lørdag og søndag: Kl. 10.00 - 15.00.

Gjeste-/sponsorløype

På fredag vil det være en løype der gjester, naboer på Haraløkka og sponsorer kan få muligheten til å prøve orientering i en enkel løype. Start for løypa er sammen med småtroll.

Lagkonkurranse for råtasser

Vilt, vakkert og rått for de yngste.

Lagkonkurransen i O-festivalen 2023 arrangeres lørdag 24. juni, og er for barn opp til 12 år (født 2011 eller senere). Hvert lag skal bestå av 2-5 deltagere, uten noen krav til sammensetning (gutter eller jenter, erfarne eller nybegynnere, rene klubblag eller blandingslag – alt er lov). Foreldre kan skygge, men vi oppfordrer til å la barna klare seg så mye som mulig på egenhånd.

Lagkonkurransen starter etter at de individuelle barneklassene er i mål, så det er mulig å delta både i det vanlige, individuelle løpet og i lagkonkurransen.

Lagene får kart på forhånd, og skal selv velge hvilke poster de vil finne, og i hvilken rekkefølge. Det er en makstid på én time; lag som kommer i mål senere enn dette, får fratrukket poeng, så det lønner seg å rekke fristen.

Det blir fellesstart på arena kl 14.00. Lagene skal løpe med startnummer, og vi håper at mange er med og heier barna frem!

Laget som får flest poeng vinner, men det aller viktigste er å ha det gøy sammen!

Alle deltagere får premie rett etter målgang.

Etteranmelding innen fredag 23. juni kl 23.59. Alle lagene trenger ett stykk, og kun ett stykk, emit-brikke. Samme emit-brikke kan brukes i det ordinære løpet på lørdag. Påmeldingsavgift er 250 NOK per lag.

Vi håper å se mange lag på start, for dette blir gøy!

Arenasalg

Kiosksalg med kaker, vafler, blingser, hamburgere og frukt i tillegg varm og kald drikke.

O-Sport.no har salg av sportsutstyr på arena alle dager

Toalett

Toaletter er tilgjengelig ved arena alle dager. I tillegg vil det være toaletter ved start på lørdag.

Dusj/garderobe

Det er ikke dusj eller garderober på arena.

Arena på fredag ligger i umiddelbar nærhet til to av områdets fineste badevann, Ulsrudvann og Nøklevann. Begge ligger i løpsterenget, så et bad må vente til etter målgang.

Sanitet

Det er sanitetstelt med ansvarlig lege og helsepersonell på arena alle dager. Sanitetsteltet er bl.a. utstyrt med hjertestarter

Fotografering

Arrangøren vi ha fotografer til stede under arrangementet. Hvis du ikke ønsker å bli fotografert og dette ev. blir publisert som oppsummering av arrangementet vennligst gi beskjed på e-post: o-festivalen@oppsalorientering.no

Klager

Forklaring på disk gis i sekretariatet. Klager leveres på løpskontoret og behandles av jury.

KONTAKT: o-festivalen@oppsalorientering.no

Sentrale roller

Hovedkomite: Lars Klyve, Bo Emilsson, Marie Hammer Iversen, Morten Kristoffersen, Arild Andersen, Anette Wigaard og Morten Mosland

Løypeleggere:

Sprintdistanse – Ludvig Rødnes

Mellomdistanse – Kristoffer Fiane Pedersen

Langdistanse – Ola Marius Pedersen

Teknisk delegerte:

Sprintdistanse - Jan Arild Johnsen

Mellomdistanse - Sören Jonsson

Langdistanse – Tilda Johansson

Jury for eliteklassene:

Pål Kittilsen, Freidig Orientering

Harald Bakke, Fossum IF

Unni Strand Karlsen, Fredrikstad SK

Jury for øvrige klasser:

Fredag:

Kjersti Hov, Fossum IF

Terje Linløkken, Østmarka OK

Grete Berntsen, Måren OK

Lørdag:

Berit Danielsen, Tyrving IL

Rune Scheele, Nydalen SK

Grete Berntsen, Måren OKJ

Søndag:

Katrine Bakke, Fossum IF

Terje Linløkken, Østmarka OK

Ivar Maalen, Ås-NMBU Orientering

Fair play

Det er ikke tillatt å dele informasjon av noe slag om kart, løyper og terreng med deltagere som ikke har fullført sitt løp. Dette gjelder også kart som deles ut før start. Alle løpere beholder sitt kart ved målgang.

Deltagere som ikke har avsluttet sitt løp skal ikke forsøke å tilegne seg informasjon fra andre deltagere eller fra resultater/tracking på nett.

Vi ønsker alle hjertelig velkommen til tre flotte dager i Østmarka!

