



Frol IL inviterer til KM stafett for NTOK og STOK søndag 20. august 2023

Arena:

Nybrotta. Merket fra E6 ved Okkenhaugskrysset, ca. 3 km nord for Magneten kjøpesenter. Ca. 15 km fra E6 til arena. **NB!** Bomvei kr 80, kun kortbetaling. Parkering ved arena.

Klasser og løyper (km i parentes):

Nivå	Stafett damer	Stafett herrer	Åpen/direkte/individuell
A	D17- (4,4-3,7-4,4) D135* (3,2-3,0-3,2) D180* (2,5-2,0-2,5)	H17- (6,5-5,7-6,5) H135* (4,4-3,7-4,4) H180* (3,2-3,0-3,2)	AK-åpen (3,5) AL-åpen (6,0)
B	D13-16 (2,9-2,0-2,9) (2. etappe er C-nivå og ikke gaflet)	H13-16 (2,9-2,0-2,9) (2. etappe er C-nivå og ikke gaflet)	B-åpen 10-16 (3,0) B-åpen 17- (3,0)
C			D/H 11-12 (1,8) C-åpen 10-16 (1,8) C-åpen 17- (2,2)
N2			D/H 9-10 (1,8) N2-åpen 9-16 (1,8) N2-åpen 17- (1,8)
N1			N1-åpen (1,4)

*I D/H 135 er minstealder 35 år. I D/H 180 er minstealder 35 år for NTOK og 50 år for STOK.

Uthevet skrift er KM klasser.

Løypelengdene er foreløpige. Endelige løypelengder kommer i PM.

Stafetten går på kartet Nybrotta, målestokk 1:10000, 1:7500 for de eldste klassene, ekvidistanse 5 m. Sist revidert til Hovedløpet langdistanse 2021. Terrenget består av granskog i varierende alder ispedd enkelte myrområder og partier med furu- og blandingsskog. Det er få stier og vegger.

Start:

Første start stafett klokken 12:00.

Individuelle klasser D/H 9-10 og D/H 11-12 starter fra klokken 11:00.

Direkteklassene N1-åpen, N2-åpen og C-åpen har fri start mellom klokken 11:00 og 12:30.

Direkteklassene B-åpen, AK og AL har fri start mellom klokken 12:00 og 12:30.

Utdeling av kart:

Følgende klasser får kart utdelt på arena: N1-åpen, N2-åpen, C-åpen 10-16, D/H 9-10 og D/H 11-12. Øvrige klasser får kart på start. Det er tillatt med samløping og ledsager for de yngste.

Tidtaking:

Emit-brikker. Noen brikker til leie for kr 40 i løpskontoret.

Påmelding:

Online via Eventor innen tirsdag 15. august klokken 23:59.

Etteranmelding innen torsdag 17. august klokken 23:59 via Eventor mot 50 % tillegg. Åpne klasser har tilbud om direktepåmelding på arena innen klokken 11:00 løpsdagen mot 100 % tillegg, men vi ønsker helst påmelding i Eventor for å være sikre på at vi har nok kart. Forbehold om ledige startnummer og kart.

Siste frist for innlevering av lagoppstilling via Eventor er lørdag 19. august klokken 17:59.

Lagoppstilling kan endres inntil 1 time før start. Det er anledning til at klubber samarbeider om flerklubblag for å gi flest mulig løpere et stafetttilbud. Begge/alle klubbenes navn må være med i lagsnavnet. Flerklubblag kan ikke bli kretsmestre og vil ikke få medaljer.

Startkontingent:

Stafett D/H 13-16: kr 270 pr lag, D/H 17-/135/180: kr 420 pr lag.

Åpen/direkte/individuell: -16 år: kr 90, 17- år: kr 140.

Premiering:

KM-medaljer og premier i henhold til NTOKs og STOKs regler.

Småttroll: På arena

Kiosk: På arena.

Toalett: På arena.

Løpsleder: Eivind Ness-Jensen, eivind.ness-jensen@ntebb.no, mobil 918 60 549

Løypelegger: Jo Severin Matberg

Teknisk delegert: Arne Okkenhaug, Verdal OK

Velkommen til Fro!