



PM

Lagkonkurranse for barn

12. mai 2015

Rogaland Arboret

- Parkering:** Parkeringsplass Rogaland Arboret, husk parkeringsavgift 30 kr.
- Start:** Plenen rett nedenfor parkeringen.
- Arrangør:** Sandnes IL
- Løpsleder:** Magnus Landstad, tlf 93488130
- Løypelegger:** Magnus Landstad
- Påmelding:** Håper flest mulig lag har sendt inn antall lag og lagoppstilling på forhånd til jorgen.nilsen@lyse.net
- Oppmøte:** Fellesstart kl 18:00. Kart for lagkonkurransen leveres ut 17:30.
Da får også laga startnummer, alle på hvert lag løper med startnummer med sitt lags nummer. Individuelle løpere løper stjernestafett (to sløyfer), man får kartet og kan starte når en vil etter fellesstarten, ved starten. Kartet har to løyper, ei på hver side av kartet.
- Kart:** Sprintkart Rogaland Arboret 1:4000. Nytt 2014.
- Varighet:** Maksimaltid 45 minutter for lagkonkurransen. Dvs ved målgang etter 18:45 trekkes det 1 poeng pr påbegynt minutt.
- Lag:** Laget kan bestå av 3-5 løpere, laget bruker en felles brikke. Husk å nulle brikke før start. Alle på laget skal løpe samlet. Laget kan settes sammen av løpere fra flere klubber.



- Premier: Det blir premiering i lagkonkurransen, ca. kl. 19.
- Løyper: «Postplukk» for lagkonkurransen med poeng for hver post. Det er mange poster innenfor relativt kort rekkevidde, men også en del lenger unna for de laga som klarer det.
Vanlige poster: 1 poeng pr. post
Det er fem aktivitetsposter, disse gir 3 poeng pr. post.
Det er ikke nødvendig å løpe til alle postene, ta flest mulig innen maksimaltiden.
- Det er til sammen mulig å ta 33 poster, da løper laget i så fall ca. 3,6 km.
- På 5 av postene vil det være noen spennende oppgaver.
Husk å markere brikken på postene det er oppgave på. Bruk sko/tøy som tåler å bli vått.
- Det er også laget ei individuell løype som ei trening basert på de samme postene som lagkonkurransen. Denne er lagt opp stjernestafett, to sløyfer, hver på 2,9 km. Man tar så mange sløyfer man vil. Målpost i individuell løype er sistepost, kode 57. Det blir ikke publisert resultatliste for den individuelle treninga, men en kan lese av brikken i sekretariatet. I og med at postene er som i lagkonkurransen er den o-teknisk lett, men relevant som sprinttrening.
- Startkontingent: Kr. 30,- pr. løper, uansett om de er med i lagkonkurranse eller individuelt. Faktureres klubbene i etterkant.
- Velkommen til ei spennende orienteringsøkt!



Toalett ca. 250 meter østover, mot Lionshytta.

