



PM

RINGSAKER OK ØNSKER VELKOMMEN TIL KM SPRINT HEDMARK OG OPPLAND SØNDAG 7. JUNI 2015

VEIBESKRIVELSE: Merket fra avkjøring av E6 til Brumunddal ved McDonalds. Kort vei til samlingsplass.

Frammøte ved Teatersalen/Sykehuset Innlandet/Ringsaker kommunes lokaler i Brumunddal

PARKERING: Ved samlingsplass

LØPSKONTOR: Ved ankomst til arena. Lagsposer med startnummer og kart til løpere 12 år og yngre og N-klasser inntil 17 år.

ETTERANMELDING: På løpskontor

STARTNUMMER: ALLE LØPERE SKAL BÆRE STARTNUMMER. Ligger i lagsposen.

PREMIER: Til alle fullførte t.o.m. 12 år.

Klasse 13-16 år: 1/3 av antall startende

Øvrige klasser: 1/8 av antall startende.

KM-medaljer iht. kretsens reglement

Uavhentede premier blir ikke ettersendt.

TOALETT: Toaletter inne, IKKE tillatt med knottsko/o-sko.

VASK: Våtklut

SMÅTROLL/BARNEPARKERING: På samlingsplass

RESULTATER: Legges ut på Eventor i løpet av løpsdagen

SANITET: Koffert og kvalifisert personell på samlingsplass

SALG/KIOSK: På samlingsplass med mange muligheter

SKO: Det er ikke tillatt med noen form for piggsko

KART OG TERRENG

Brumunddal, utgitt/godkjent juni 2015, karttegn iht. sprintnormen (ISSOM)

Målestokk 1:5000, ekvidistanse 2 meter

Printet av Ringsaker OK med overtrykkseffekt. Pga. sen leveranse av ny skriver har vi ikke rukket å få godkjenning av NOFs kartutvalg.

Løpsområdet/terrenget er urbant og variert, bestående av sentrumskerne, bebyggelse, park og mindre skogsområder.

I enkelte sentrumsområder er det så mange detaljer at det er umulig å få med alle på kartet og samtidig sørge for at kartet er lesbart. Det er derfor gjort enkelte forenklinger,

men detaljer som er vesentlige for orienteringen og framkommeligheten er med.

Der det er flere plan i virkeligheten er kun det øverste planet tegnet inn på kartet, og det er også der evt. poster er plassert.

FAIR PLAY

Vi oppfordrer til fair play og forventer at løperne respekterer områder eller objekter som iht. kartet (sprintnormen) ikke er tillatt å passere/krysse. **Det er vakter i terrenget som vil notere seg evt. løpere som ikke respekterer dette. Overtredelse medfører diskvalifikasjon.** Oversikt over karttegn som er forbudt å passere/krysse:



Se også eget oppslag med utdrag fra sprintnormen på samlingsplass.

HENSYN TIL TRAFIKK OG SYKKELRITT

Det forventes liten trafikk på en søndag formiddag, men vi henstiller løperne til å være oppmerksomme og se opp for biler og annen trafikk ved kryssing av trafikkerte veier. Fotgjengeroverganger er angitt på kartet med symbol for passeringspunkt. Det er imidlertid ikke påbudt å bruke disse med mindre vegen er angitt som forbudt område på begge sider. Furnesvegen er forbudt område fra søndre rundkjøring og sørover (langs samlingsplass). I tillegg er alle rundkjøringer forbudt område. Forbudte områder er markert på løpskartet. Alle løyper unntatt løype 9 har obligatorisk kryssing gjennom undergang på slutten av løypene.

Sykkelrittet "Mjøsa rundt" arrangeres samtidig som vårt arrangement. Det forventes at deltakerne vil passere Brumunddal samtidig som løpet pågår. Rittraséen følger Furnesvegen i retning nord mot sør. Det forventes at sykklistene kommer puljevis og ikke vil påvirke vårt arrangement, men løperne må følge med siden syklistene ikke stopper for noen (ikke engang tog!).

Løperne har ansvar for egen sikkerhet!

KLASSER OG LØYPELENGDER

Løype	Klasser	Løypelengde
1	H21	3,1 km
2	D21, H17-20, H35	2,9 km
3	D17-20, D35, H45	2,7 km
4	D45, H15-16, H55	2,6 km
5	D15-16, D55, H65	2,4 km

6	D65, H75	2,0 km
7	D75	1,8 km
8	D13-14, H13-14	2,2 km
9	D11-12, H11-12, D17C, H17C	2,1 km
10	D-10, H-10, D11-12N, H11-12N, N-åpen	1,2 km

START

Kort avstand fra samlingsplass (ca. 200 m). Følg merking nordøstover.

Opprop 3 min. før starttid. Backup-lapper og løse postbeskrivelser ved start.

OPPVARMING

Kun tillatt på gang- og sykkelsti langs Furnesvegen sørover mot Hamar og langs merket trasé mellom samlingsplass og start.

LØPSLEDELSE

Løpsleder: Sidsel Storihle

Løypelegger: Marius Wikstrøm

TD: Representanter fra kretsene i forbindelse med KM