



**3.-5.juli 2015**  
**Stormoegga, Grimsbu**  
**Tron Ungdomssenter, Tynset.**

**INNBYDELSE**  
**SOMMERLØPENE I NORD ØSTERDAL**  
**LØP 2 & 3**  
**TRON UNGDOMSSENTER, TYNSET**  
**4.-5. JULI**



Tynset IF, orienteringsgruppa, arrangerer det andre og tredje løpet i *Sommerløpene i Nord Østerdal*, på Tron Ungdomssenter lørdag 4.juli og søndag 5.juli 2015. Velkommen!

<b>Samlingsplass/ Parkering</b>	Samlingsplass begge dager er på Tron Ungdomssenter, ca. 9 km sør for Tynset sentrum, langs F30. Parkering ved samlingsplass, kr 50,-. Merket med o-poster ved avkjøring fra F30.
<b>Kart Løpstype.</b>	<b>LØRDAG</b> Mellomdistanse + intervallstart. Kart <i>Havern</i> utgitt første gang 2002, revidert 2014. Målestokk 1:10.000 og 1:7.500.  <b>SØNDAG</b> Langdistanse + jaktstart, unntatt direkteklasser og de yngste klassene, som har intervallstart. Kart <i>Ripan</i> , utgitt 2007, revidert 2014-15. Målestokk 1:10.000 og 1:7.500.
<b>Terreng</b>	Terrengen består av blandingsskog furu og bjørk. Skogsbunnen er mosekledd og lettlopt, men kan bli noe sleip ved regnvær. Det er så godt som ingen undervegetasjon eller områder med tett skog. Sikten er god, og store deler av terrengen legger til rette for høy fart. Andre deler byr på o-teknisk krevende orientering. Området er formet av siste istid, så her er dødislandskap, eskere og gammel strandlinje. Det har i løpet av vinteren foregått hogst i en liten del av løpsområdet søndag. Dette vil bedre sikten, men sette ned løpshastigheten i de berørte områdene.
<b>Påmelding</b>	<b>Påmelding i Eventor.</b> Ordinær frist: Søndag 28. juni kl. 23:59. Etteranmelding innen onsdag 1. juli kl. 23:59. Etter dette er det kun åpent for påmelding i direkteklasser på arena. <b>Kontingenter:</b> N-Åpen: 90,-/90,-. Tom 16 år: 120,-/180,-. Fom 17 år: 180,-/270,-. Trim/Direkte: 120,-/120,-.
<b>Start</b>	<b>LØRDAG</b> Første start kl.12:00. Fristart for N-åpen fra kl. 11:00. <b>NB!</b> Ca.1 km å gå til start.  <b>SØNDAG</b> Start ved samlingsplass kl.11:00. Fristart for N-åpen fra kl. 10:00. Vi ber om at jaktstartklassene møter ved start i god tid for innordning i køen.  Opprop/kontroll av løperbrikke 3 min. før tidsstart. Løse postbeskrivelser er tilgjengelig 2 min før tidsstart.

	Alle N-klasser, C-klasser, D/H -10 og D/H 11-12 får kartet i lagsposen. Husk å ta med kartet til start. Alle andre klasser får kartet i startøyeblikket.																																																																								
<b>Startnummer</b>	Alle løpere skal ha startnummer. De som ikke deltar på Grimsbu fredag, henter startnummeret sitt på løpskontoret. <b>NB! Løperne benytter samme startnummer for alle tre løp.</b>																																																																								
<b>Løyper</b>	<p>I enkelte deler av terrenget kan postene stå tett. Løperne oppfordres til å sjekke kode. All oppvarming skal foregå inne på arena og langs veien til start.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Klasser</th> <th>N i v å</th> <th>Løp 1 3. juli</th> <th>Løp 2 4. juli</th> <th>Løp 3 5. juli</th> <th>Opplysninger</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>H 21-</td> <td>A</td> <td>3,2</td> <td>5,5</td> <td>13,0</td> <td></td> </tr> <tr> <td>H 19-20, H 35-, H 40-</td> <td>A</td> <td>3,2</td> <td>5,5</td> <td>10,0</td> <td></td> </tr> <tr> <td>D 21- H 17-18, H 45-</td> <td>A</td> <td>3,0</td> <td>5,0</td> <td>8,5</td> <td></td> </tr> <tr> <td>D 17-18, D 19-20, D 35- H 15-16, H 50-</td> <td>A</td> <td>3,0</td> <td>4,5</td> <td>7,0</td> <td></td> </tr> <tr> <td>D 15-16, D 40- H 55- Trim/Direkte A</td> <td>A</td> <td>2,8</td> <td>4,0</td> <td>6,0</td> <td>Trim/Direkte har <b>fri</b> starttid på alle løp. (dog tilpasset øvrige startende i løypa).</td> </tr> <tr> <td>D 45-, D 50-, D 55- H 60-, H 65-</td> <td>A</td> <td>2,5</td> <td>3,5</td> <td>5,5</td> <td></td> </tr> <tr> <td>D 60, D 65-, D 70-, D 75-, D 80- H 70-, H 75-, H 80-</td> <td>A</td> <td>2,0</td> <td>3,0</td> <td>4,0</td> <td>Lett terreng.</td> </tr> <tr> <td>D 13-14, D 15-20B H 13-14, H15-20B Trim/Direkte B</td> <td>B</td> <td>2,0</td> <td>3,2</td> <td>4,0</td> <td>Trim/Direkte har <b>fri</b> starttid på alle løp. (dog tilpasset øvrige startende i løypa).</td> </tr> <tr> <td>D 11-12, D 13-16 C, D 17- C H 11-12, H 13-16 C, H 17- C</td> <td>C</td> <td>2,0</td> <td>2,5</td> <td>3,0</td> <td>Kart utlevert på forhånd.</td> </tr> <tr> <td>D -10, D 11-12 N, D 13-16 N H -10, H 11-12 N, H 13-16 N</td> <td>N</td> <td>1,5</td> <td>2,0</td> <td>2,5</td> <td>Kart utlevert på forhånd. Enkeltstart på alle løp.</td> </tr> <tr> <td>N-åpen</td> <td>N</td> <td>1,5</td> <td>1,5</td> <td>2,0</td> <td>Kart utlevert på forhånd. Fri starttid på alle løp</td> </tr> </tbody> </table>	Klasser	N i v å	Løp 1 3. juli	Løp 2 4. juli	Løp 3 5. juli	Opplysninger	H 21-	A	3,2	5,5	13,0		H 19-20, H 35-, H 40-	A	3,2	5,5	10,0		D 21- H 17-18, H 45-	A	3,0	5,0	8,5		D 17-18, D 19-20, D 35- H 15-16, H 50-	A	3,0	4,5	7,0		D 15-16, D 40- H 55- Trim/Direkte A	A	2,8	4,0	6,0	Trim/Direkte har <b>fri</b> starttid på alle løp. (dog tilpasset øvrige startende i løypa).	D 45-, D 50-, D 55- H 60-, H 65-	A	2,5	3,5	5,5		D 60, D 65-, D 70-, D 75-, D 80- H 70-, H 75-, H 80-	A	2,0	3,0	4,0	Lett terreng.	D 13-14, D 15-20B H 13-14, H15-20B Trim/Direkte B	B	2,0	3,2	4,0	Trim/Direkte har <b>fri</b> starttid på alle løp. (dog tilpasset øvrige startende i løypa).	D 11-12, D 13-16 C, D 17- C H 11-12, H 13-16 C, H 17- C	C	2,0	2,5	3,0	Kart utlevert på forhånd.	D -10, D 11-12 N, D 13-16 N H -10, H 11-12 N, H 13-16 N	N	1,5	2,0	2,5	Kart utlevert på forhånd. Enkeltstart på alle løp.	N-åpen	N	1,5	1,5	2,0	Kart utlevert på forhånd. Fri starttid på alle løp
Klasser	N i v å	Løp 1 3. juli	Løp 2 4. juli	Løp 3 5. juli	Opplysninger																																																																				
H 21-	A	3,2	5,5	13,0																																																																					
H 19-20, H 35-, H 40-	A	3,2	5,5	10,0																																																																					
D 21- H 17-18, H 45-	A	3,0	5,0	8,5																																																																					
D 17-18, D 19-20, D 35- H 15-16, H 50-	A	3,0	4,5	7,0																																																																					
D 15-16, D 40- H 55- Trim/Direkte A	A	2,8	4,0	6,0	Trim/Direkte har <b>fri</b> starttid på alle løp. (dog tilpasset øvrige startende i løypa).																																																																				
D 45-, D 50-, D 55- H 60-, H 65-	A	2,5	3,5	5,5																																																																					
D 60, D 65-, D 70-, D 75-, D 80- H 70-, H 75-, H 80-	A	2,0	3,0	4,0	Lett terreng.																																																																				
D 13-14, D 15-20B H 13-14, H15-20B Trim/Direkte B	B	2,0	3,2	4,0	Trim/Direkte har <b>fri</b> starttid på alle løp. (dog tilpasset øvrige startende i løypa).																																																																				
D 11-12, D 13-16 C, D 17- C H 11-12, H 13-16 C, H 17- C	C	2,0	2,5	3,0	Kart utlevert på forhånd.																																																																				
D -10, D 11-12 N, D 13-16 N H -10, H 11-12 N, H 13-16 N	N	1,5	2,0	2,5	Kart utlevert på forhånd. Enkeltstart på alle løp.																																																																				
N-åpen	N	1,5	1,5	2,0	Kart utlevert på forhånd. Fri starttid på alle løp																																																																				
<b>Post- beskrivelser</b>	Det er IOF-symboler på kartet. N-løyper har postbeskrivelse i tekst. I tillegg er det selvbetjening av løse postbeskrivelser etter brikkesjekk ved start.																																																																								
<b>Mål</b>	Løpere stempler i mål på målbukk plassert på mållinjen. Etter målplassering fortsetter løperne til brikkeavlesning. Løpskartene samles ikke inn etter målgang. Vi oppfordrer til «fair play»: hold kartet gjemt for eventuelt senere startende.																																																																								
<b>Vask</b>	Det er tilgang på 2-3 dusjer per kjønn i underetasjen på Tron Ungdomssenter. Husk å sette igjen o-skoene utendørs. Ellers renner elva Auma kant i kant med samlingsplassen for de som foretrekker en forfriskende dukkert.																																																																								
<b>Toaletter</b>	Det er toaletter i underetasjen på Tron ungdomssenter. Husk å sette igjen o-skoene utendørs.																																																																								
<b>EKT</b>	Brikketid med EMIT brikkesystem. Løperne er ansvarlige for å kontrollere at brikkenummer stemmer med startlisten. Brikkelapper på start. Frivillig bruk. Skriv på startnr, navn og brikkenr. Leiebrikker; leiepris kr. 50 pr løp.																																																																								

<b>Leiebrikker</b>	Løpere som er påmeldt flere løp og benytter leiebrikke beholder denne til neste løp. Øvrige leiebrikker leveres tilbake til sekretariatet etter løpet. Ikke tilbakelevert brikke faktureres med kr. 600,-.
<b>Resultatlist</b>	Oppslag på arena. Resultater og strekktider vil bli lagt ut på Eventor etter løpet.
<b>Premiering</b>	Premier til alle t.o.m. 12 år. Disse kan hentes direkte etter målplassering. I klassene fra 13 år og oppover premieres vinnerne. Uttrekkspremie i trim/direkte-løypene. Premier kan hentes ved salgsteltet så snart klassene er ferdige. Sammenlagt premiering og uttrekkspremier etter 3 løp. Sammenlagt premiering: 1/3 premiering til klassene 13-16 år. 1/8 premiering for klassene f.o.m. 17 år. Ingen sammenlagt premiering i direkteklassene.
<b>Småtrull og barneparkering</b>	På samlingsplass. Småtrull kr 30,- og barneparkering gratis. Premie til alle.
<b>Salg</b>	Salgstelt med kaffe, kaker, vafler, brus og pølser på samlingsplass. Runes o-utstyr er også på plass for salg av idrettsutstyr.
<b>Førstehjelp</b>	Førstehjelp og lege Marte (911 397 38) på arena.
<b>Løpsleder</b>	Mari Gullbrekken Schjølberg, 99705462, marigsch@yahoo.no
<b>Løypelegger</b>	Per Melander Often
<b>Kontrollør</b>	Jon Arve Engebakken

**Se også vår nettside. Link via [www.nooreg.no](http://www.nooreg.no).**

**Tynset IF  
ønsker alle et godt løp.**

Hovedsponsorer Tynset idrettsforening.



Generalsponsor  
Sommerløpene i Nord Østerdal



Hovedsponsorer Sommerløpene i Nord-Østerdal:



Øvrige sponsorer Sommerløpene i Nord Østerdal:



**post@savalen.no eller tlf. 62 47 17 17**

