# PM KRETSSTAFETT ONSDAG 13.08.2015

**Arena**

Denne ligger syd på Fredriksverns Verft sitt område, samme sted som tirsdagens beachparty.




Merk det gule området som er åpent for oppvarming.

**Parkering**

Publikum/foreldre bes om å benytte parkeringsplassene ved den øvre porten.

**Lagoppstillinger**

Lagoppstillinger meldes inn på Eventor senest tirsdag kveld kl. 21.00.

Endringer av lagoppstillinger på løpsdagen kan gjøres fram til kl. 09:00. Endringene gjøres på en egen blankett som fås og leveres på løpskontoret på arena.

**Lagsposer**

Kretslederne henter lagsposene i HL-kontoret i resepsjonen onsdag morgen i forbindelse med utsjekking og nøkkelinnlevering innen kl 09.30.

**Start**

Fellesstart kl. 10:00.

**Tidtaking og emiTag**

På stafetten benyttes emiTag til både tidtaking og stempling.

Løperne benytter samme emiTag som under Hovedløpet. Nye løpere får emiTag i lagsposen.

**Hver løper er selv ansvarlig for å sjekke at nummeret til sin emiTag stemmer med det som står i startlisten. Ved avvik, henvend deg til løpskontoret på arena.**

Måltida tas når løperen passerer mållinjen. Det er ikke stempling på målstreken, men avlesning like etter vekling. Løperen går en snitslet sløyfe tilbake til mål.

Registrering på hver post gjøres ved å føre emiTag over plate som er montert på metallbukk ved postplassering, på samme måte som Hovedløpet sprint. Registreringen er gjennomført ved at emiTag blinker oransje i ca. 10 sekunder etter passering. Vi ber om at dere løpere sjekker at brikken blinker etter alle stemplinger, slik at laget slipper unødvendige diskinger.

Postene er utstyrt med postflagg og bukk med Emit registreringsenhet.

**Nulling av emiTag skjer ved inngang til startfeltet for 1. etappe. 2., 3. og 4. etappe nullstiller ved inngang til vekslingsfeltet. DETTE ER VIKTIG !!!.**

### Terrengbeskrivelse og løypebeskrivelse

Løypelengdene er oppgitt i luftlinje

| Klasse | Løypelengde | Stipulert vinnertid | Prosent Urbant/ hardt underlag | Prosent terreng/gress mykt underlag |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2,6-2,7 km | 16 min | 20-30% | 70-80% |
| 2 | 2,9-3,0 km | 16 min | 15-25% | 75-85% |
| 3 | 2,9-3,0 km | 16 min | 15-25% | 75-85% |
| 4 | 2,6-2,7 km | 16 min | 20-30% | 70-80% |

Terrenget inne på og rundt Fredriksvern Verft, inneholder mange spennende elementer vi har tatt bruk av for å lage gode sprintløyper. Det er store parkområder med plen, vollgrav, kanal mot sjøen, samt gjerder som åpner for spennende veivalgsstrekk. Når man i tillegg har en god del skogsområder rundt med alt fra flate fine koller til mer voldsomme stuprekker, så blir det en spennende og variert løype.

Det er lite trafikk inne på Fredriksvern Verft, men det vil likevel foregå noe intern biltrafikk i området. Vi ber om at løperne viser aktsomhet rundt hushjørner og uoversiktlige steder på vei.

### Tett mellom postene

Det er tett mellom postene på alle gaflinger. Vær nøye med å sjekke koder, så unngår vi unødvendige diskvalifikasjoner!

### Vekslingsprosedyre

*Inngående løper*

Inngående løper leverer løpskartet til funksjonær i innløpet etter målpassering. Springer deretter gjennom mål og får automatisk stempling på mållinjen. Etter mållinjen leveres eget kart til vår kartinnsamler.

Kart til etterfølgende løper tas fra kartopphenget på anvist plass. Det er løperens ansvar å ta riktig kart. Løper som eventuelt ikke finner sitt lags kart, tar kontakt med vekslingsfunksjonær.

Vekslingen foretas ved å overlevere kartet til ventende lagkamerat.

Følg deretter merkingen tilbake til brikkeavlesning i målteltet. Vi oppfordrer løpere til å holde rekkefølgen fram til brikkeavlesning. Du leverer emiTag ved utgang fra brikkeavlesningen.

*Utgående løper*
emiTagen skal "nulles" ved inngang til vekslingsfeltet for hver etappe. Sjekk at brikken din blinker når du holder den opp mot 0-enhet. Dette er viktig og huske.
Veksling utføres på anvist sted med kartoverlevering fra inngående løper. Sjekk at du har fått riktig kart, løperen er selv ansvarlig for å ha riktig kart. Løpere som løper med feil kart blir diskvalifisert.

Ved spurtoppgjør avgjør målfunksjonærer rekkefølgen ved passering av mållinja. Brystet først er avgjørende. Deretter går man videre i riktig rekkefølge til avlesning inne i målteltet.

**Løpsantrekk**
I henhold til NOFs regler er klesvalg fritt i sprintkonkurranser. Vi anbefaler lange bukser,

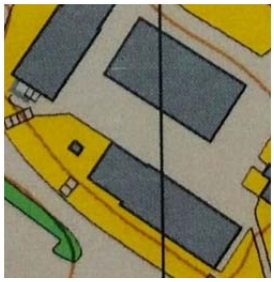
og fleksible sko som takler varierte underlag.

I tillegg oppfordres det til kreative løpsantrekk, med kåring av beste kostyme under premieutdelingen.

Det er trenerne under O-landsleiren som er jury for best kostyme.

**Matteltet**

Det er tegnet inn som hus på løpskartene, siden det er såpass stort og ruvende ved passering av plassen.



**Forbudte områder**



**All løping på «hagegrønt» (olivenfarge) er forbudt!** Alle slike områder er forbudt i henhold til sprintkartnormen og overtredelse medfører disk for laget. Vi har en rekke vakter utplassert i løypen.


Upasserbar

Passerbar

**Mur** tegnes på 2 ulike måter. Er den høy, er den markert med tykk sort strek = forbudt. Er den lav, er den markert med grått = lov å passere.


Upasserbar


Passerbar

**Gjerder** med 2 tagger og tykk sort strek, er også forbudt. Mens gjerder med 1 tagg er lov å passere. Men selvfølgelig ikke i kombinasjon med ”hagegrønt”.

**Garderober, dusj og toaletter**

Følg de rutiner som er bestemt på eget opplegg for utsjekking (i eget PM)

Det er toaletter i servicehuset nord på arena. Se arenakartet. **Ta av o-sko før du går inn!**

**Sanitet**

Norsk folkehjelp er stasjonert på arena.

**Innsamling av kart**

Løperne leverer kartet etter målgang, på vei til veksling. Det henvises til fair play og det er ikke er lov til å gi opplysninger om løypa til deltagere som ikke har startet. Løpskartene deles ut etter fellesstarten.

**Fellesstart**

Vi gjennomfører fellesstart med alle lag som ikke har startet på siste etappe kl. 11:20. Vi stenger vekslingen 5 minutter før, slik at vi rekker å registrere alle lag som skal ut på fellesstarten.

**Kiosk**

Det er ikke salg på arena i regi fra arrangør.

**Kart**

Kartet Stavern er tegnet etter sprintnomen ISSOM 2007

| | |
|---|---|
| Målestokk: | 1:5000 |
| Ekvidistanse: | 2,5 meter |
| Utgitt: | 2008/2015 |
| Trykk | Digitaltrykk fra Konkylie Data |
| Karttegner: | Helge Gisholt, Ida Vår Dirdal og Per Olav Gulbrandsen |

| | |
|---|---|
| Løpsleder | Ole Petter Aasrum |
| Løypelegger: | Per Olav Gulbrandsen |