

PM til Vestlandsmeisterskap 2015

Førde Skyttarstadion, Kråkenesmarka, 5. og 6. september

Førde IL Orientering ynskjer velkomen til Vestlandsmeisterskap i Orientering 2015 for O-krinsane i Rogaland, Hordaland og Sogn og Fjordane. Løpet sundag inngår også i kretsrankingen i Hordaland.

Arena:

Det er merka frå kryssset E39 - R609 nær Førde sentrum. Førde Skyttarstadion ligg ca. 10 km vestover langs R609.

Parkering ved arena. Vennligst følg instruks frå p-vaktene. P-avgift kr. 50,- pr. dag.

Det er sal av pølser, hamburgere, vafler og kaker i kafeen i Skyttartun. Forbudt med piggsko inne.

Sal av sportsutstyr på arena. Sjå eigen informasjon frå Sport 8 bakerst i PM.

Vatn for vask/våtklut må takast med.

Lagsposar:

Det er ikkje lagsposar. Startnummer som gjeld begge dagar er opphengt på arena. Kart til løparar opp til 12 år samt N-klasser hentast på løpskontor.

Toalett:

Det er toaletter i Skyttartun. NB ! Ikkje piggsko. Før start kan toaletter i Skyttartun sin underetasje på sørsida av huset nyttast. Her er det lagt matter så ein kan bruke piggsko.

Det er ikkje toaletter på start.

Småttroll/Barneparkering:

Begge desse aktivitetane er samla ved austenden av arenaen.

Etterpåmelding:

Fram til 1 time før start på løpskontor i dei ordinære klassane.

Kart:

Kråkenesmarka , utgjeve 2002. Revidert 2015. Synfaring: Egil Nestande og Gunnar Gytri

Utsnitt av løpskart vert oppslått på arena. Det vert nytta laserutskrift i alle løyper begge dagar.

Terreng/løyper:

Glissen blandingskog med ein del opne myrer. Ein god del kupering og skråli. Normale vestlandsforhold med til dels våte myrer. Ein del beitedyr i området(sau)

Den lengste løypa vil laurdag kome i kontakt med område med mykje snø- og vindfelte tre. Område er merka på kart med grønne striper. Laurdag kryssar alle A og B løypene Riksveg 609. Det er ikkje vakthald ved vegen, så løparane vert bedne om å vise tilstrekkeleg varsemd ved vegkryssinga som skjer på eige ansvar.

Det er ikkje skyting på banene denne helga, og på søndagsløpet vil ein stor del av løparane passere gjennom skytebaneområdet.

Start:

Første ordinære start er kl. 1600 på laurdag og kl. 1100 på sundag.

Det vert merka med merkeband fram til start.

På laurdag er det to startar. N og C løypene startar nær arenaen (<5 min å gå). A og B løparane kryssar R609 og startar i lia aust for hovednedfarten i Bjørkelia. (< 25 min å gå)

Sundag er det ein start. Alle løparar må følge R609 nokre hundre meter retning Førde og ta av til venstre opp lia (< 15 min å gå).

Vanleg startprosedyre med opprop 3 min før start. Ei startklokke som viser reell starttid.

Lause postbeskrivelser og gule backuplappar ved start.
Startlister er oppslått på arena og ved start.

Løypelengder og klassar:

Sjå innbyding. NB! Alle klassar opp til og med D/H 13-14, samt D/H60 og over får kart i målestokk 1:7500. Øvrige klassar målestokk 1:10000.

Drikkestasjon:

Det er ikkje etablert drikkestasjonar for nokon av løypene.

Mål:

Målgang ved kvittering i postenhet ved målsegl. Fortsett roleg til brikkeavlesning og uttak av strekktider ved Skyttartun. Ingen innsamling av kart. Tidlegstartande vert anmoda om ikkje å vise kart til løparar som ikkje har starta.

Resultatliste:

Vert oppslått på arena. Vert også utlagt på Eventor.

Premiering:

Vert avvikla etterkvart som resultata i klassane er klare.

Jury:

Jan Haugland, Årstad IL tlf. 99595338
Norvald Ospehaug, Tambarskjelvar IL tlf. 95232094
Hege Fjellbirkeland, IL Gular tlf. 95044798

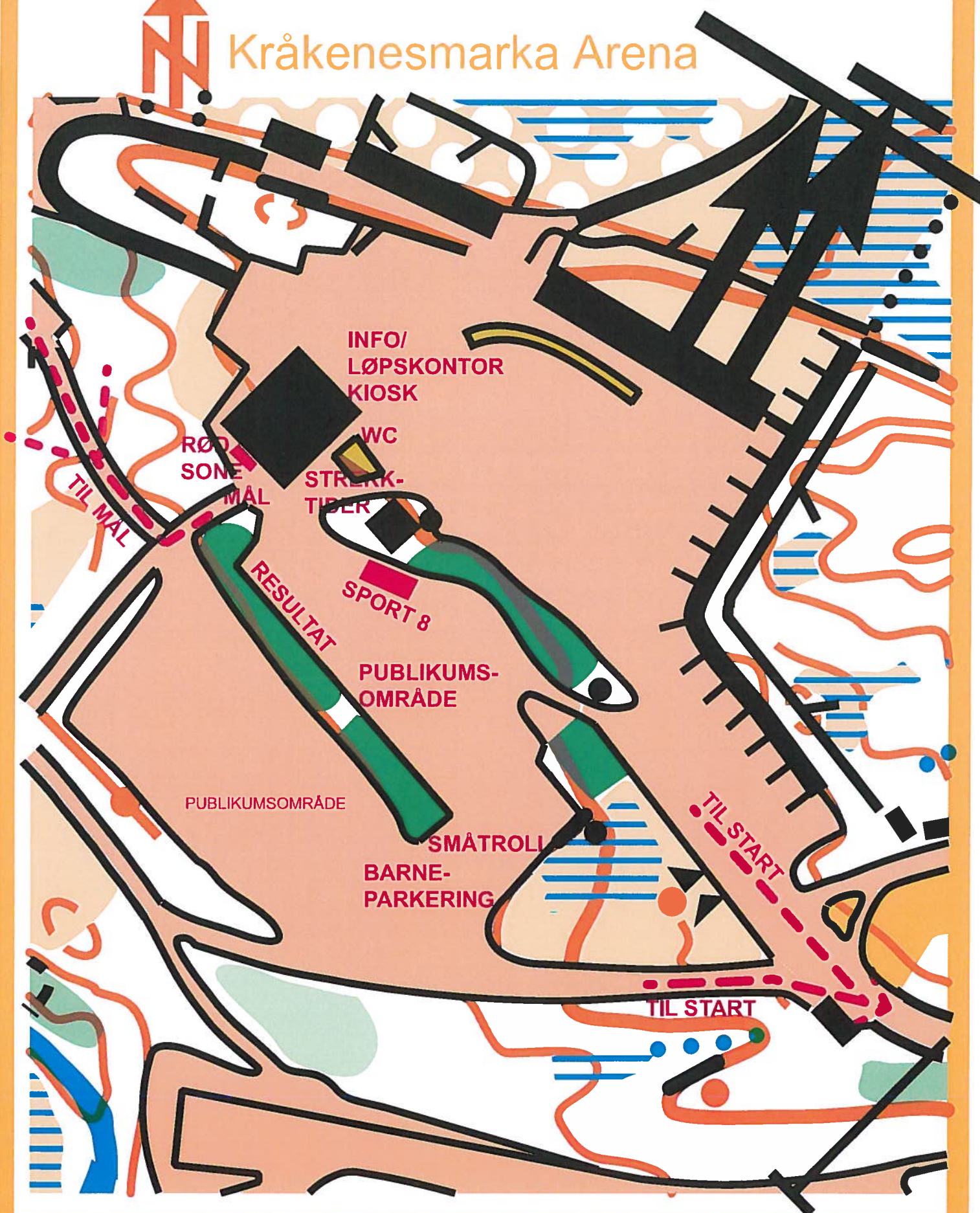
Vedlegg:

Arenaskisse (1 side)

Informasjon frå Sport 8(2 sider)

Vestlandmesterskap 2015

Kråkenesmarka Arena



Nå er det på tide med nye klubbklær!

Noname er ett skandinavisk selskap som spesialiserer seg på slitesterke sportsklær til trening og konkurranse.

Priseksempel: Noname Combat O-Trøye - Kun 399,-

Dette er en trøye beregnet på løping og er spesielt laget for orienteringsløp, da stoffet er slitesterkt og tåler en trøkk i skauen.

Trøyen har smarte detaljer, som bla. leppe på innsiden av glidelåsen for å forhindre irriterende gnaging.

Noname tøy benyttes bl.a. av det Norske Landslaget i orientering, NTNUI og flere andre klubber.

Noname leverer alt av konkurranse - og overtrekkstøy.

I tillegg til orienteringsklær leverer Noname også kvalitetsklær til blant annet sykkel, løping, langrenn og friidrett.

Ta kontakt for mer informasjon og ett uforpliktende tilbud til din klubb!

Sport8 er forhandler for Noname klubbklær i Norge.

Kontakt Per Øyvind Kindem post@sport8.no Mobil: 456 65 551



Klubbssalg - Sokker og undertøy med 30% fortjeneste til din klubb!

En produktpakke koster kr. 200,- og gir klubben en fortjeneste på kr. 60,- per produktpakke.



Boxer i bomull med korte ben og en bred og myk linning.



Trendy hipster med korte ben og smal linning, myk og behagelig.



Ankelsokk til både dame og herre av høy kvalitet.



Fritidssokker i bomull med slitesterk kvalitet

Samtlige produkter går gjennom streng kvalitetskontroll av skandinavisk personell, både på fabrikk og før leveranse.

Vedlagt ligger en brosjyre med all info om de forskjellige produktpakkene.

Ta kontakt for informasjon og bestilling!

Kontakt Per Øyvind Kindem post@sport8.no Mobil: 456 65 551