

PM

Larviksløpet i orientering

onsdag 7. oktober kl. 18:00

Larvik OK ønsker alle velkommen til vårt nye konsept, nemlig "Larviksløpet" i orientering. Vi tror dere må skru på lykten litt etter 19:15. Alle har fellesstart.

Logistikk

Siden start og mål er på ulike plasser, blir det litt logistikk. Fint om deltakerne snakker sammen og fikser sjåfør til start og mål. Om noen har behov, kan dere kontakte løpsleder. Så skal vi finne løsninger fra Stamina til de ulike startene. Men det er også en mulighet å bli kjørt ut igjen etterpå, om man parkerer bilen på start. Det er for øvrig avgiftparkering overalt rundt mål.

Vi sørger for tøy til mål fra de ulike startene. Det er også mulig å sette fra seg utstyr i garderoben på Stamina før start.

Start

Løype	Fellesstart	Startsted
A-lang	18:00	Pumpeparken i Stavern sentrum (like nord for Statoil)
A-kort	18:15	Rema, Stavern (Holmejordet/Solli)
C-løype	18:30	Rødbergsvingen (nordre del)

Det vil bli litt hektisk for startfunksjonærene å nå fram til alle startene. Slik at dere må bare avvente ved startposten til vi rekker fram fra forrige start. Forhåpentligvis akkurat i tide...

Nullingen blir som på Vinter-Jukola. Vi samler deltakerne på en linje. Etter startsignalet går, skal dere løpe til startpost hvor O-bukkene står. Alle må huske å nulle...

Kart og løyper

Det blir benyttet ulike kart. Det starter med 1:5000, så 1:8000 og til slutt 1:4000.

Løypene blir en lett blanding av urbane sprintstrekk med asfalt og parker, samt skogteiger som kan være litt krevende og gode langstrekk med flere veivalg. Det kommer også noen rene transportstrekk forbi uinteressante o-tekniske områder.

Det er forbudt å løpe på f.v.301, med unntak av en kryssing underveis på A-lang som må foregå på gangfelt. Vi ber dere om å vise aktsomhet. Inn på siste kartet på Langestrand skal dere løpe under en av undergangene på f.v. 301.

Mål blir ved Stamina treningssenter (Stavernsveien 2). Her blir det tilgang til garderober og dusj etter løpet. Inngang nede. Husk å ta av o-sko før du går inn!

Det anbefales o-sko uten pigg, da det blir kombinasjon av terreng og asfalt.

Løype	Løypelengde	Poster	Antall kart	Kartbytte
A-lang	8,57 km	28	4	1
A-kort	5,53 km	19	3	1
C-løype	3,35 km	14	2	0

Merk at det kan være kart på begge sider, slik at du skal snu underveis. Det blir kartbytte på A-lang og A-kort. Mens C-løypen får alle sine kart på start, men på begge sider.

Spørsmål

Løpsleder – Per Olav Gulbrandsen (M) 41 300 777 eller per.olav.gulbrandsen@lf-nett.no