



PM

Graneløpet 2015

Arena: Granestua.

Parkering: På parkeringa til Granestua, merket fra E18 ved Longum.

Kart: ??? Det blir utdelt kart, i sveiset plastlomme.

Terrengbeskrivelse: Vanlig Graneløpsterreng, terreng. Myrene er våte. Mye nedfall av løv gir bedre sikt i terrenget enkelte steder enn hva som er tilfelle sommerstid.

Løyper:

	Løyper/ Nivå	Poster	Klasser
1	9900m / A	24	Damer Lang, Herrer Lang
2	6300 m / A	11	Damer Kort, Herrer Kort
3	3400m / C	6	C-Åpen
4	3000 m / N	9	N-Åpen

Transport: **Oppmøte for transporten er på parkeringa til Granestua.**

Bussavgang til start vil skje etter følgende oppsett:

Klasse	Start nr.	Bussavgang kl.
Damer Lang	1	10.45
Herrer Lang	1	10.45
Damer Kort	2	11.30
Herrer Kort	2	11.30
C-Åpen	3	10.45
N-Åpen	3	10.45

Start: Vi ser hvor bussen kjører. Løperne får tid til en kortere oppvarming før start etter de er satt av bussen.

Startprosedyre: 5 min. før start: Nulling av brikke
4 min. før start: Sjekk av o-brikke/brikkenummer.
3 min. før start: Utdeling av kart (N-Åpen og C-åpen får kartene ved ankomst til starten)
1 min. før start: Til startlinje

IK Grane Arendal Orientering sine Generalsponsorer er:





Løpere i N og C-åpen får tilbud om gjennomgang av løypa før de starter.

- Lagsposer:** Hentes i sekretariatet, inneholder startliste-klubbvis, back-up lapper, PM og Startnummer. Kart for løpere i N-Åpen og C-Åpen fås ved ankomst til starten.
- Startnummer:** Alle løpere skal løpe med startnummer. Startnumre ligger i lagsposen.
- Postbeskrivelser:** Etter IOF-symboler. Kun på kartet.
- Overtrekkstøy:** Det er transport av overtrekkstøy fra start til mål.
- Kartbytte / Væske:** For klassene Herrer og Damer Lang og Herrer og Damer kort er væskestasjoner markert på kart eller postbeskrivelse. Det er ikke kartbytte eller væskestasjon for N-Åpen og C-Åpen.
- Trafikk/ Sikkerhet:** Deltakerne ferdes i løpsområdet på eget ansvar. Vær oppmerksom ved passering av veier som er trafikkerte.
- Forbudte områder:** Forbudte områder er i henhold til kartnormen ulovlig å krysse. Det er løpers eget ansvar å overholde forbudet. Overtredelse vil medføre diskvalifikasjon. Det er ikke lov til å løpe over dyrket mark (gult med sorte prikker) eller hagemark (olivengrønt).
- Småttroll:** Det er småttroll-løype ved arenaen på Granestua. Pris: 30 kr. Selges i kiosken inne på Granestua.
- Premiering:** Premie til alle t.o.m. 12 år som fullfører i N-Åpen og C-Åpen. Andre klasser- premier til minst 1/5 av antall startende og etter skjønn der hvor innsatsen tilsier det.
- Vask:** Dusj og garderobe på Granestua. Gå inn høyre inngang på Granestua.
- Toaletter:** Gå inn høyre inngang på Granestua for å finne toalettene.
- Kiosk:** Kaféen på Granestua er åpen under arrangementet. Med salg av kake, vafler, brus og kaffe.
- Løpsleder:** Magnus Johnsson, tlf: 93640641, epost: magnus@graneorientering.no
- Løypeleggere:** Glenn Ager Wick

Velkommen til O-løp på Granestua!

IK Grane Arendal Orientering sine Generalsponsorer er:

