

Norsk Orientering og Nordmarka skiorienteringsklubb inviterer til:

## Sjusjøen løpene

Lørdag 12. (WRE) og søndag 13. (WRE) desember 2015

Løpene inngår i Sport 8 cupen (Løp nr 1 og 2)

### Løyper og klasser:

Klasser Løype lørdag Løype søndag

D 10-12, H 10-12	2 km	2,5 km
D 13-14, D 15-16, H 13-14	2.5 km	3 km
D 40, D 50, D 60, D 17K	2.5 km	3 km
H 50, H 60, H 70	2.5 km	3 km
H 15-16, H 40, H 17K	3.0 km	5 km
D 17	3.0 km	5 km
H 17	3.5 km	7 km

Endelig løypelengdelengde kan avvike +/- 20% pga snøforhold.

### Terreng:

Mest åpent myrlendt fjellterreng med spredt gran og bjørkeskog. Moderat kupering.

### Løyper:

Mest scooterspor og noe maskinkjørte løyper. Fordelingen er avhengig av snøforholdene.

### Fremmøte og parkering:

Sjusjøen langrennsarena, merket til arena øst for Sjusjøvannet, 15 – 20 minutter på ski. Husk parkeringsavgift.

Rømåsen parkering (Bomvei), merket fra riksveien sør for Sjusjøvannet til parkering og videre på ski over myra.

### Start/mål:

Arena er ved tømmerkoia i kanten av Sjømyra sørøst for Sjusjøvannet

Første start: kl. 14:00 lørdag (kl 1300 for D/H17) og kl.10:00 søndag.

Ca 10 minutter på ski og til fots til start begge dager.

### Kvitteringssystem:

Emit touchfree. Løperne må meldes på med eget EmiTag nummer. For de som ikke har egen EmiTag så er leieprisen kr 50,- uavhengig av om en går ett eller to løp.

Eventuell tapt EmiTag faktureres løperens klubb kr 600,-

**Kartstativ:**

Et begrenset antall kartstativ er tilgjengelig for utleie kr 50,- uavhengig av om en går ett eller to løp.

Eventuell tapt kartstativ faktureres løperens klubb kr 500,-

**Påmelding:**

Online påmelding via eventor:

Lørdag: <http://eventor.orientering.no/Events/Show/6163>

Søndag: <http://eventor.orientering.no/Events/Show/6164>

Ordinær påmeldingsfrist mandag 7.des kl 23:59

Etteranmelding: I Eventor innen torsdag 10.des kl 23:59 og seinere på samlingsplass eller på mail til [jon@ulvensoen.no](mailto:jon@ulvensoen.no) samt sms til 91391974

**Startkontingent:**

D/H t.o.m 16 år: kr 150,- etter anmelding + 50%

D/H f.o.m 17 år: kr 225,- etter anmelding + 50%

Brikke-/stativleie kr 50,- .

Startkontingent faktureres etterskuddsvis for norske klubber.

**Start-/resultatlist** Legges ut på eventor og linkes via [www.orientering.no](http://www.orientering.no)

**Overnatting:**

Det finnes flere alternativer på Sjusjøen, men det begynner å fylles opp. Utøvere som er på samling har overnatting. Se følgende hjemmesider:

- [www.visitsjusjoen.no](http://www.visitsjusjoen.no)
- [www.sjusjoen.no](http://www.sjusjoen.no)
- [www.sjusjoen.org](http://www.sjusjoen.org)
- <http://sjusjoen-fjellheimen.no>
- <http://dev.sjusjoenbooking.visbook.no>
- [www.nordseter.no/hotel](http://www.nordseter.no/hotel)
- [www.sjusjøtunet.no](http://www.sjusjøtunet.no)
- [www.rustadhotel.no](http://www.rustadhotel.no)

**Løpsleder:** Jon H. Ulvensøen tlf: 91391974 e-post: [jon@ulvensoen.no](mailto:jon@ulvensoen.no)

**Løypelegger:** Jon Ulvensøen

**IOF Event Adviser:** Yngve Mobråthen