



PM



LØRDAGSKJAPPEN

LØRDAG 16. APRIL 2016

FREMMØTE

Moss og Våler Næringspark i Våler <http://kart.gulesider.no/m/muqwm>
(WGS84 59°28'58.2"N 10°47'48.3"E, WGS84 desmial (lat, long) 59.48284, 10.79675)

Merket fra Mosseporten og fra krysset FV 120 – FV 121 i Våler.

Fra E6, Moss

Ta av ved Mosseporten, kryss 14 - Patterødkrysset, og følg FV 120 mot Elvestad i 7 km.

Fra E18, Askim

Ta av i Elvestad og følg FV 120 mot Moss i 20 km.

PARKERING

300 m fra arena. Fast dekke fra parkering til arena. P-avgift kr. 30,- som kreves inn ved avreise.

ARENA

Arenaen har gress- og grusområder.

LAGSPOSER

Lagsposen inneholder klubbens startliste og kart for alle klubbens løpere i alle N-klassene samt klasser til og med 12 år. Følgekart for N-åpen/Direkte N kan fås på start. For PM henvises det til oppslag på arena og nettet via Eventor. Leiebrikke hentes på løpskontoret og leveres tilbake etter løpet ved utleveringen av strekktider.

KART

Lødentjern, målestokk 1:10 000. Klassene fra og med D/H 45 har målestokk 1: 7 500.
Ekvidistanse 5 meter.

TERRENG

Terrenget er småkupert med få stier og lite grønt. Det finnes en del dyretråkk, disse er ikke med på kartet. Noen områder er meget detaljrike. Det er tillatt å løpe på dyrket innmark der dette ikke er markert med rød skravur (forbudt område). Det er mange poster i terrenget og de ligger tett - sjekk koder!

Alle N og C-løyper har ett/to strekk med merking i terrenget, hengende lyseblå bånd, markert i postbeskrivelsen.

START

Alle klasser har samme startsted, 1200 m å gå, følg oransje bånd sydøst ut fra arena. 50% vei, 50% skog og jordekant.

Alle N, C, B, og AK klasser har valgfri starttid. N-åpen fra kl. 11:00 – 13:30, øvrige N, C, B, AK og direkteklasser mellom 12:00 og 14:00. Småttroll har start ved samlingsplass med starttid mellom kl. 11:00 – 14:00.

Det er begrenset toalettkapasitet ved start.

Selvbetjening av backuplapper ved start.

Opprop 3. min før start. Løse postbeskrivelser fås i startbåsen 2 min. før start.

Der er 40 meter merket løype til startpunktet.

Eliteklassene: Skal løpe med startnummer. Selvbetjening ved start. Dere kan ikke løpe med displaybrikke. Henvendelse i løpskontoret om du må låne ny brikke.

Klasser	Nivå	Lengde	Klasser	Nivå	Lengde
N-åpen	N	1,7 km			
D-10	C	1,6 km	H-10	C	1,6 km
D11-12	C	1,9 km	H11-12	C	1,9 km
D11-12N	N	1,7 km	H11-12N	N	1,7 km
D13-14	B	2,9 km	H13-14	B	3,0 km
D13-16C	C	2,0 km	H13-16C	C	2,0 km
D13-16N	N	1,7 km	H13-16N	N	1,7 km
D15-16	A	3,9 km	H15-16	A	4,7 km
D15-16B	B	2,9 km	H15-16B	B	3,0 km
D17-18E	A	4,2 km	H17-18E	A	4,8 km
D17AK	A	3,1 km	H17AK	A	3,1 km
D17B	B	3,0 km	H17B	B	3,0 km
D17C	C	2,0 km	H17C	C	2,0 km
D17N	N	1,7 km	H17N	N	1,7 km
D19-20E	A	4,6 km	H19-20E	A	4,9 km
D21E	A	5,2 km	H2E1	A	6,4 km
			H21E2	A	6,3 km
D21A	A	4,0 km	H21A	A	5,3 km
D35	A	4,0 km	H35	A	5,3 km
D40	A	4,0 km	H40	A	5,3 km
D45	A	3,5 km	H45	A	4,8 km
D50	A	3,4 km	H50	A	4,6km
D55	A	3,4 km	H55	A	4,1 km
D60	A	2,9 km	H60	A	4,1 km
D65	A	2,9 km	H65	A	3,5 km
D70	A	2,5 km	H70	A	2,9 km
D75	A	2,5 km	H75	A	2,9 km
D80	A	2,5 km	H80	A	2,5 km
			H85	A	2,5 km
Direkte N	N	1,7 km	Direkte B	B	3,0 km
Direkte C	C	2,1 km	Direkte A	A	5,3 km

DIREKTELØYPER

Påmelding på løpskontoret. Det tilbys 4 løyper: Direkte A, B, C og N. Kr.50,- tom 16 år og kr. 100,- for 17 år og eldre. Start mellom 12:00 og 14:00. Samme startsted som øvrige klasser.

PREMIERING

Klassene N-åpen og D/H-10 er uten rangering. Deltagere i N-åpen, D/H -10 D/H 11-12N samt D/H 11-12 får premie direkte etter fullført løp. Premiering for øvrige klasser ihht. NOFs regler. Premieutdelingen gjennomføres fortløpende etter hvert som de enkelte klassene er klare, og annonseres av speaker.

RESULTATER

Resultater vil jevnlig bli slått opp på resultattavlene og legges ut på Eventor i etterkant av løpet.

TOALETTER

Toaletter finnes ved inngangen til samlingsplass. Begrenset toalettkapasitet ved start.

LAGSTELT

På avsatte områder på arena.

SMÅTROLL

Småtroll er rett syd for utdelingen av løpsdrikke. Åpent mellom kl. 11:00 og 14:00. Kr. 20,-

BARNEPARK

Gratis barnepark for barn fra 2 år på arena. Åpent mellom kl. 11:00 og 15:30.

SALG

Sport8 stiller med et godt utvalg av sportsartikler for o-løpere.

Velfylt salgsbod med hjemmebakst, varme og kalde drikker, diverse kioskvarer, samt grillretter og frukt. Vi har kortterminal for betaling!

VASK

Våtklut.

SANITET

Røde Kors er stasjonert på samlingsplassen.

LØPSLEDELSE

Løpsleder: Vegar Kristiansen, tlf. 995 93 753, kjappen@ok-moss.no
Løypelegger: Henning Bratland Carlsen
Kontrollør: Tore Bjørnerød

Velkommen til en hyggelig O-dag hos OK Moss

