

KM sprint og KM sprintstafett

Lørdag 20. Mai 2017 – Sola Idrettsanlegg



Fremmøte

Sola Videregående skole, Åsnutvegen 51

Kartlenke: <https://goo.gl/maps/kgV5UdkKjBK2>

Parkering på tilhørende parkeringsplasser i området.
Samlingsplass i umiddelbar nærhet til parkering. Merket fra RV510 krysset Nesbuvegen/Åsnutvegen.

Starttidspunkt

- Sprint individuelt kl. 1200 (maks 10 min å gå til start)
- Sprintstafett kl. 1500 (kan bli justert, sjekk PM)

Terreng

Svært varierende sprintterreng

Det vil for de fleste løypene være åpne lettløpte gras- og lyngområder, idrettsanlegg og områder med bolighus og skoler/større bygg. Underlag grastuer, plener, stier, grus og asfalt.

Kart

Utsnitt av sprintkart Sola Idrettsanlegg.

Målestokk 1:4000, ekvidistanse 2m, utgitt 2011, revidert 2017. sprintnorm (ISSOM 2007).

Konkurranseregler i hht sprintnorm vil gjelde.



Påmelding

Påmelding til KM sprint og KM sprintstafett gjøres i eventor.

Individuell: <http://eventor.orientering.no/Events/Show/8154>

Stafett: <http://eventor.orientering.no/Events/Show/8155>

Ordinær påmelding innen mandag 15 mai.

Etteranmelding innen fredag 19 mai kl. 2000.

Lagoppsett

Lagoppsett stafett legges inn i eventor innen fredag 19. mai.

Siste endringsfrist: Løpsdag kl. 1400.

Startkontingent	Individuell sprint: 70 kr (under 16); 130 kr (over 16 år) Sprintstafett: 250 kr pr lag (DH 15+); 200 kr pr lag (DH 11-14); 150 kr pr lag (Åpen). Småttroll: 30 kr Etteranmelding: 50% av startkontingent (for løpere over 12 år) Endring av brikke: 25 kr pr. endring på løpsdagen
Premiering	Medaljer i KM klasser Premier for alle til og med 12 år. 1/3 i alle klasser til og med 16 år.
Kvitteringssystem	EKT. Leie av brikke kr 25 (bestilles ved påmelding)
Garderobe/Toalett	Ikke avklart. Sjekk oppdatert informasjon i PM.
Salg	Kiosksalg på samlingsplass
Løpsleder	Jone Sæbbø, tlf. 928 34 142, jone.saebbe@gmail.com
Løypelegger	Stein Arne Olsen
Kontrollør	Pål Bårdsen

Løyper og klasser KM sprint INDIVIDUELT				
Nivå	Løype	Vinnertid (min)	Lengde (km)	Klasser (KM klasser er uthevet)
A	1	15	2,9	H17-
A	2	15	2,6	D17-, H15-16, H50, H60
A	3	15	2,2	D13-14, H13-14, D15-16, D50, D60, D70, H70
C	4	15	1,8	D10, D11-12, H10, H11-12, C-åpen
N	5		1,5	DJ11-12N, D/H13-16N, DH17N, N-åpen
	6		1	Småttroll

Løyper og klasser KM sprint STAFETT			
Nivå	Vinnertid pr. etp.	Lengde (km)	Klasser (KM klasser er uthevet)
A	15 min	2,5 - 2,2 -2,5	D/H 15- 3 etapper (mix lag, begge kjønn representert)
C-B-B	15 min	1,5 – 2,2 – 2,2	D/H11-14. 3 etapper. Ingen gafling på første etappe. Klubbene oppfordres til å ha minst en 11-12 åring på lagene og danne mest mulig jevne lag. Anledning til to løpere på 1. etappe.
A	15 min	2,2 -2,2	D/H åpen (2 etapper)



VELKOMMEN !

