



Mjøs O og Gjø-Vard OL ønsker velkommen til:

Nammo cup final Lør 17:e sep 2016

PM

ARENA

Skumsjøen, merket fra gamle RV4 i kryss Skumsjøvegen og Gjøvikvegen i Breiskallen mellom Raufoss og Gjøvik. Gratis parkering, maksimalt 500 meter å gå. Arena på gress og grus underlag.

LØPSKONTOR

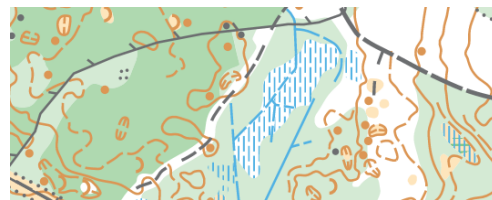
Løpskontoret åpner kl 11:00 på arena. Her kan klubbene hente lagsposer med PM og klubbstartliste. Kart til løpere som skal ha dette før start hentes også på løpskontoret (ligger ikke i lagsposene). Direktepåmelding, etteranmelding og endringer skjer også i løpskontoret.

LEIEBRIKKER

Leiebrikker hentes og leveres på løpskontoret. Avgift 50 kr. Brikker som ikke leveres tilbake belastes med 500,- kr.

KART OG TERRENG

Osbakken, utgitt 2015, målestokk 10:000, 5 meter ekvidistanse. Variert terreng. Noen lettløpte partier, men også områder med tett skog med begrenset løpbarhet. En del høydepartier relativt detaljrike. Fra middels til lite kupert.



STARTLISTER

Klubbstartlister ligger i lagsposer som hentes på løpskontoret. Fullstendige startlister slås opp på arena og start.

START

Første ordinære start kl 12:00. Det er 500 m till start, merket med hvite bånd. Alle klasser har samme startsted. N-åpen har valgfri starttid fra kl 11:30 og inntil en halv time etter siste ordinære start. Alle løyper opp 12 år samt N-nivå får utdelt kartet på løpskontoret i lagspose. **Husk å ta med kartet til start.**

Jaktstartsmetode for alle klasser uten N åpen: Løpere ropes opp 3 min før start.

POSTBESKRIVELSER OG BACKUP-LAPPER

Det er postbeskrivelser med IOF-symboler trykt på kartet. Det deles ikke ut løse postbeskrivelser på start. Backup-lapper fås ved start. Det er løpers ansvar å bruke backup-lapp.

STARTNUMMER

Alle løpere berer startnummer. Utdelt i lagspose.

GAFFLING

Alle løyper 13 år og opp har gaffling



KARTBYTTE

Alle klasser uten N åpen har kartbytte. Til kartbytte ska løpare følge snitsel. Ingen stemping skall ske vid kartbytte. Løpare skall selv ta kart från kartong før sin klasse. Alle løpare i samme klasse har lik løype etter kartbytte. Det er løperens ansvar att ta rett kart.

TØY FRA START

Kan på eget ansvar legges i poser ved start og vil bli fraktet til arena etter att starten er avviklet. Tøy fra start kan hentes ved løperdrikke.

SALG

Kiosksalg med grill på arena. Vi har betalingsterminal!

VASK

Våtklut eller gode muligheter til bad i skumsjøen. 200 m til badeplass

TOALETTER

Toaletter vid parkering ca 100 m fra arena. Det er ikke toaletter ved start.

KLASSER, LØYPER OG KARTMÅLESTOKK

NIVÅ	D KLASSER	H KLASSER	Lengde	Målestokk	Utlevering av kartet
A		H17-20	5,4 km	1:10.000	Kart på start i startøyeblikket
	D17-20	H15-16	4,4 km	1:10.000	
	D15-16		3,7 km	1:10.000	
B	D13-14	H13-14	3,5 km	1:10.000	Henter kart på løpskontoret. N-løyper legges også ut på Eventor.
C	D11-12	H11-12	2,6 km	1:10.000	
	C åpen	C åpen			
N	N-åpen	N-åpen	1,6 km	1:10.000	

RESULTATLISTER

Resultatlisters slås opp fortløpende på arena. Resultatlisters, strekktidslister og kart med løyper legges ut på Eventor etter løpet. Kart med løyper legges ut i JPG-format på Eventor etter at løpet for løpere som ønsker å bruke disse sammen med sine GPS-spor.

PREMIERING

Premier til de som deltar på minst 4 løp i Nammo cup

O TROLL LEIR

I forbindelse med Nammo cup final arrangeres O trolleir før barn 9-12 år. Se egen inbydelse i eventor

NAMMO CUP SAMLING

I forbindelse med Nammo cup final arrangeres samling før ungdommer 13 år og opp. Se egen inbydelse i eventor.

SPECIAL/SPURT STREKK

C-åpen: sistepost til mål
D/H13-14: sistepost til mål
D 15/16 post 9-10
H 15-16 og D 17-20 post 10-11
H 17-20 post 11-12

Desse strekkene teller med i kampen om de ulike special trøyene.

LEDERTRØYE

I alle klasser unntatt N åpen kommer den som leder sammenlagt å løpe i gul ledertrøye. (3 beste av 4 løp teller til finalen)



LØPSLEDELSE OG KONTAKTINFORMASJON

Løpsleder: Jens Harald Fossheim +47 91825725 jhfossheim@gmail.com
Løpskontor: Arnfinn Pedersen, +47 97128628, arnfinn@system-tre.no
Løypelegger: Sigmund Hansen +4748052298, sigmhans@hotmail.com
Internkontroll: Martin Øhman +47 97133554 asa.martin@hotmail.com
+ Ass løpsleder
Jury: Ansvarlig Løpskontor, Løypelegger, Løpsleder