

JERNBANEN BIL OG GOLDER BIL INNBYR POENGLØP I ORIENTERING ONSDAG 12. AUGUST 2020

Sted	Skioldhytta
Parkering	Olsrud Parkeringsplass (35 kr)
Samlingsplass	Skioldhytta (15 minutter å gå fra parkering)
Start	Fri start kl. 17.30 – 18.30 (Vis hensyn, hold avstand) (3 minutter og 12 sekunder å gå til start)
Klasser	A og Supertrim ca. 6,0 km H16-49 og Langtrim ca. 4,5 km H50-59 og D16-49 ca. 4,0 km H 60, H65 og Mellomtrim ca. 3,5 km D50-59, D60, D65, H70 og H75 ca. 3,0 km D70, D75, D80, H80, H85 og Korttrim ca. 2,9 km Nybegynner (bare hvis forhåndspåmeldt) ca. 1,5 km
Kart	Stegla – Øst 1: 7500 / 5 m
Påmelding	Navn, klasse, bedrift og brikkenummer sendes til Lyche v/ Lars Falck-Pedersen, PB. 2171 Strømsø, 3003 Drammen (tlf:911 37 575) eller lars@lychemanagement.no , senest fredag 7. august. Ingen etteranmelding løpsdagen
Startkontingent	Kr. 80,- (Covid19 pris) for alle klasser Startkontingent innbetales til Lyches kto.nr. 6138 05 79455 Ingen kontantbetaling på samlingsplass
Løpsleder Løypeleggere Kontrollør	Rolf E. Andersen Arild Trolsrud / Rune Johansen Per Hallerud
Smittevern	Se neste side

VEL MØTT !!!!



Smitteverntiltak i forbindelse med arrangementer i regi av Bedriftsidretten i Buskerud sesongen 2020. (Basert på informasjon pr 19/5-2020)

1. Generelt

- a. Alle skal holde 1m avstand til hverandre hele tiden.
- b. Ingen håndhilsning/klemming eller nærkontakt.
- c. Hosting/nysing skal skje mot albuekrok.
- d. Personer som har symptomer på luftveisinfeksjon skal ikke delta eller arrangere.
- e. Alle oppholder seg i området så lite som mulig. Følg «Kom-løp-dra hjem»-prinsippet.
- f. Liste over deltakere og arrangørmannskap skal utarbeides og oppbevares for eventuell smitteoppsporing.

2. Innbydelser

- a. Alle innbydelser skal inneholde informasjon om at statens smittevernregler må følges.

3. Forberedelser

- a. Kartpakking og håndtering av utstyr skal skje med god hygiene.
Grundig håndvask før og under prosessen.

4. Start

- a. Det oppfordres til å forsøke å spre starten. Dette kan gjøres ved å ha faste, forhåndskommuniserte start-tider, eller å organisere starten med god plass, og kø-ordning med god avstand.
- b. Det skal maksimalt starte 3 løpere pr minutt.
- c. Alle skal spritvaske hender og brikke før de går inn i startbåsene.

5. Samlingsplass

- a. Pass på å ha god plass, drikke skal ikke serveres. Deltakerne oppfordres til å ha med egen drikke.
- b. Romslig sekretariat med god kø-ordning.
- c. Jevnlig sprit-sterilisering av sekretariat-utstyr.
- d. Resultater kommuniseres digitalt, for å slippe ansamling foran tavle.
- e. Det skal (etter regler pr 20/5) ikke være mer enn 50 mennesker i tillegg til arrangørstab på samlingsplass samtidig. (Dette endres muligens 15/6)
- f. Opprett gjerne alternativ samlingsplass, slik at gruppen kan deles.

6. Mål

- a. Etter målstempling skal deltakerne spritvaske hender og brikke før de går videre til brikkeavlesning.
- b. Det skall ikke utdeles strekktider.

7. Løype

- a. Alle postblokker festes i et tre eller liknende, slik at vi unngår berøring av disse.
- b. Postblokker spritvaskes når den er plassert i skogen, samt ved innsamling.

8. Smittevernansvarlig

- a. Arrangøren oppnevner en smittevernansvarlig for arrangementet.
- b. O-utvalget har utnevnt XXXX til smittevernansvarlig. Bruk hen til å avklare usikkerheter.

Vennlig hilsen

O-utvalget