



VESTRE VIKEN HF
ØNSKER ALLE NYE OG GAMLE O-LØPERE
VELKOMMEN TIL POENGLØP
ONSDAG 31.08.2022

Løpet er åpent for alle, uavhengig av om man er aktiv, turløper, eller med i et bedriftsidrettslag.

PARKERING: Andorsrud. Det blir merket med o-flagg fra Svingen på Konnerud (ved Vestbygda skole).
P-avgift kr.50,- på vipps 97529, merk betaling med reg.nr.

SAMLINGSPLASS: Andorsrud. 400 meter fra parkeringsplassen. Merket med bånd.

KART OG TERRENG: Andorsrud, Målestokk 1:7500, Ekvidistanse: 5 m.

PÅMELDING: Gjøres med Emit-brikken på samlingsplass løpsdagen.

STARTKONTINGENT: kr. 100,- for ikke-medlemmer/kr. 80,- for medlemmer av registrerte bedriftsidrettslag. Betales av løperen selv med Vipps, **#755341** eller bruk **QR-koden**. Merk betalingen med navn!



Onsdag 31.08 Vestre Viken

#755341

START: Fri, ubemannet start mellom kl. 17:30 og kl. 18:30.

KART: Kart og løse postbeskrivelser deles ut ved påmelding.

KLASSER/LØYPER:

A Lang =	A-løype	4,7 km>
A Mellom =	A/B-løype	3,8 km>
A Kort =	A/B-løype	2,9 km>
C =	C-løype	2,3 km>
N =	N-løype	2,0 km>

N-løyper har ett opplagt veivalg langs sammenhengende ledelinjer som vei, sti, bekk og gjerde. Alle postene kan sees fra ledelinjene. Passer for alle som er nye i orienteringssporten eller har noe erfaring fra f.eks. stolpejakt.

C-løyper følger stort sett ledelinjer, men enkelte steder forventes løperne å forlate ledelinjene. Det kan finnes veivalgsmuligheter.

B-løypene krever kort finorientering inn mot posten og forståelse av høydekurver.

A-løypene er de mest krevende, og alle orienteringsteknikker bør beherskes.

STEMPLINGSSYSTEM:

Alle klasser benytter Emit-brikke til både stempling og tidtaking.
Et begrenset antall lånebrikker er tilgjengelig for nye løpere.

Ta med egen løperbrikke! VASK: Våtklutmetoden

Løpsleder: Ingun Jahren Horvli
Løypelegger: Ingun Jahren Horvli
Kontrollør: Therese Haare

Gi beskjed til løpsleder om du er ny og ønsker «skygge», så skal vi ordne det 😊

Vestre Viken HF ønsker velkommen til løp!!