



Rambøll BIL

ØNSKER ALLE NYE OG GAMLE O-LØPERE
VELKOMMEN TIL POENGLØP
ONSDAG 10.august 2022

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

- PARKERING:** Ved Drammen Skisenter eller gateparkering
- SAMLINGSPLASS:** Speiderhuset ved Aronsløkka skole (øst for skisenteret)
- KART OG TERRENG:** Bera, Målestokk 1: 7 500, Ekvidistanse: 5 m
- PÅMELDING:** 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, **#755337**



Onsdag 10.08 Rambøll

#755337

- START:** Fri, ubemannet start mellom kl. 17:30 og kl. 18:30.
- KART:** Kartet deles ut ved påmeldingen. Løse postbeskrivelser og printet på kart.

KLASSER/LØYPER:

A Lang =	A-løype	5,2 km
A Mellom =	A/B-løype	4,4 km
A Kort =	A/B-løype	3,3 km
C =	C-løype	2,6 km
N =	N-løype	1,5 km

ØVRIG INFO:

Terrenget er ikke mye brukt i orientering sammenheng, men er godt brukt av turgåere. Grunnen er stedvis steinete med en del steinur og blokker. Flere av løypene har også strekk som passerer juv og kløfter, løpbarheten her er redusert.

Nær Aronsløkka skole er terrenget preget av hard bruk, og det forekommer tråkk og slitasje som ikke er gjengitt på kartet.

Oppvarming skjer på stien/ veien opp til toppen av Bera fjellet hvor start er. Meget fin utsikt rett syd for start, hver forsiktig.

Ta med egen løperdrikke!

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.

Løpsleder: Martin Østberg
Løypelegger: Martin Østberg

Er du fersk o-løper og ønsker å løpe med «skygge»? Gi beskjed til løpsleder, så finner vi en rutinert løper som blir med deg. (Det kan da bli noe ventetid)

Hilsen Arrangørene og O-utvalget i Buskerud bedriftsidrettskrets.

