



ØNSKER ALLE NYE OG GAMLE O-LØPERE
VELKOMMEN TIL O-LØP

ONSDAG 12.06.2024

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

PARKERING:

Ny P-plass på vestsiden av Jarlsbergveien, litt etter avkjøringen til klubbhuset (Kjeldås arena), når en kommer fra Rema 1000. Merket fra rundkjøringen ved Rema 1000.

SAMLINGSPLASS:

Ved parkering

KART OG TERRENG:

Svarterudbekken Målestokk 1:7500, ekvidistanse 5m

PÅMELDING:

Påmelding gjøres med Emit-brikken på samlingsplass løpsdagen.

STARTKONTINGENT:

kr. 100,- for ikke-medlemmer /

kr. 80,- for medlemmer av registrerte bedriftsidrettslag.

Betales av deltager til Vipps **#546540**, skann QR kode:

NB! Merk betalingen med dato og navn



START:

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

Det er ca. 1000m på vei og sti syd/østover fra samlingsplass til start. Dette for å komme opp i høyden.

KART:

Kartet deles ut ved påmeldingen og løse postbeskrivelser er tilgjengelig.

Ved større antall deltakelse enn estimert, satser vi på å gjenbruke kart 😊

KLASSER/LØYPER:

A Lang = A-løype 5,4 km

A Mellom = A/B-løype 4,2 km

A Kort = A/B-løype 3,3 km

C = C-løype 2,5 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.

Løpsleder: Svein Ackenhausen

Løypelegger: Tom Wirkola

Kontrollør: Ketil Eriksen

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 venner av **Å ENERGI** og O-utvalget i Buskerud bedriftsidrettskrets.