



ØNSKER ALLE NYE OG GAMLE O-LØPERE VELKOMMEN TIL O-LØP **ONSDAG 14.05.2025**

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

PARKERING:

Ved bommen til Mellomdammen Det blir merket med o-flagg fra Kiwi i Solbergelva. Bompenger.

SAMLINGSPLASS:

Litt øst for bommen til Mellomdammen (på vei mot skytebanen)

KART OG TERRENG:

800 meter'n Vest, 1:7500, 5m ekv. Terrenget er litt på skrå, men stort sett flott

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:



START:

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

Det er ca. 400 m og ganske flatt fra samlingsplass til start.

KART:

Kartet deles ut ved påmeldingen og (det finnes løse postbeskrivelser til de som ønsker det?)

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

KLASSER/LØYPER:

A Lang = A-løype 4,6 km

A Mellom = A/B-løype 4,0 km

A Kort = A/B-løype 2,9 km

C = C-løype 2,4 km

N = Lages ikke basert på manglende interesse. «C» med skygge er alternativet

N-løyper lages ikke, men skyggetjeneste tilbys i C-løypa

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: Geir Førli

Løypelegger: Petter F. Johannessen/Jan Morten Andersen

Kontrollør: Petter F. Johannessen/Jan Morten Andersen

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.