



PM

FELLESOPPLYSNINGER BEGGE DAGER

Frammøte:

Merket fra krysset RV111/FV627 ved Ise. Følg merking og anvisninger fra parkeringsvakter slik at det unngås trafikkaos på de smale veiene inn mot samlingsplass og parkering.

Parkering:

På fast underlag, inntil 700m å gå langs vei. Ingen parkeringsavgift.

PRE-O: Det arrangeres PRE-O løp både lørdag og søndag. Se egen PM.

KART/TERRENG:

Lørdag:

Revidert kart i 2013. Målestokk 1:7 500 og 1:10 000. Terrenget består for det meste av åpen småkupert furuskog. I enkelte områder er det bratte koller med stup og skrenter rundt på kantene. Få innslag av hogstfelt, men noen grøntområder på slutten av de lengre løypene. Løpbarheten varierer fra god til svært god.

Søndag:

Nytegnet kart i 2013. Målestokk 1:7 500 og 1:10 000. Terrenget består av åpen småkupert furuskog. Svært få innslag av hogstfelt og grøntområdet. På avslutningen av alle løyper vil det bli noe løping på jorder. Generelt er løpbarheten svært god

Forbudte områder:

Forbudte områder er skravert på løpskartene. Overtredelse vil føre til diskvalifikasjon.

Dyrket mark:

Det er lov å løpe på jorder, symbol 415 (gult med svarte prikker), så sant de ikke er skravert som forbudt område.

Postbeskrivelser:

Postbeskrivelsene er gitt med IOF-symboler. Det er løse postbeskrivelser i alle klasser. Postbeskrivelsene utdeles på start. Postbeskrivelse er også trykket på løpskartene. N-klasser og klassene H-12 og D-12 har i tillegg postbeskrivelse i tekstformat på løpskartene.

Ledsagerkart:

Til ledsagere i N-åpen er det mulig å få egne ledsagerkart i informasjonen.

Leiebrikker:

Leiebrikker ligger i lagsposen. Innlevering av leiebrikker skal skje klubbvis av lagleder søndag til Infoboden på samlingsplass, eventuelt lørdag dersom man ikke benytter leiebrikke søndag. Det gjøres oppmerksom på at ikke innleverte leiebrikker faktureres klubben med full pris pr brikke.

Barneparkering og Småtroll:

Vi ønsker alle barn hjertelig velkommen til barneparkeringen som er åpen lørdag fra kl 10:30-15:00 og søndag fra kl 09:00-14:30.

Småtroll-løypa er åpen begge dager fra kl 10:30 . Mulighet for å prøve EKT-løype (ta med egen EKT-brikke hvis du har). Småtroll koster kr 30,-.

Dusj og toalett:

Dusj og toalett finnes i nær tilknytning til samlingsplass, følg anvisninger på samlingsplass. Toalett finnes også på veien til start for Vårspretten og Solrenningen.

Lagstelt: Det er avsatt plass til lagstelt som anvist på arenaskissen.



Resultater/Online resultater:

Resultatlistene vil jevnlig bli slått opp på resultatavla og legges ut på Eventor og www.norwegianspring.no i etterkant av løpet. Det blir tilgang til online resultater via åpne trådløse (WiFi) soner på arena. Søk fram nett og åpne nettleseren med: eventylon.com

Sanitet:

Lottene er stasjonert på samlingsplass nord for mål.

Servering/Salg:

Det vil være salg av blant annet grillmat, vafler, kaker, frukt mm begge dager. Sport8 har eget utsalg på arenaen begge dager.

Leder av jury: Bjørn Paulsen, OK Moss (TD)

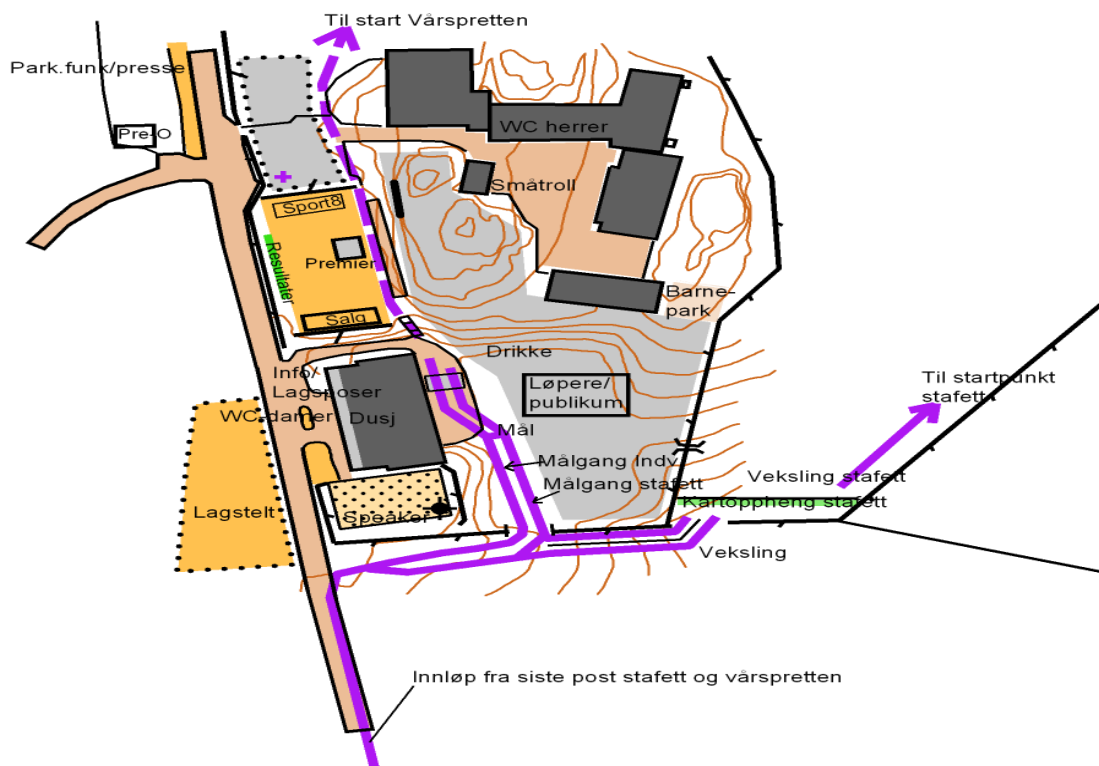
Jurymedlemmer lørdag: Ivar Maalen, Ås-UMB Orientering, Finn-Henry Lillestrand, Trøsken IL, Bent Galborg, Skaukammeratene OL.

Jurymedlemmer søndag: Ivar Maalen, Ås-UMB Orientering, Finn-Henry Lillestrand, Trøsken IL, Per Olaussen, ØOK

Løpsleder:

Tom Wahlgren, Sarpsborg orienteringslag (SOL).

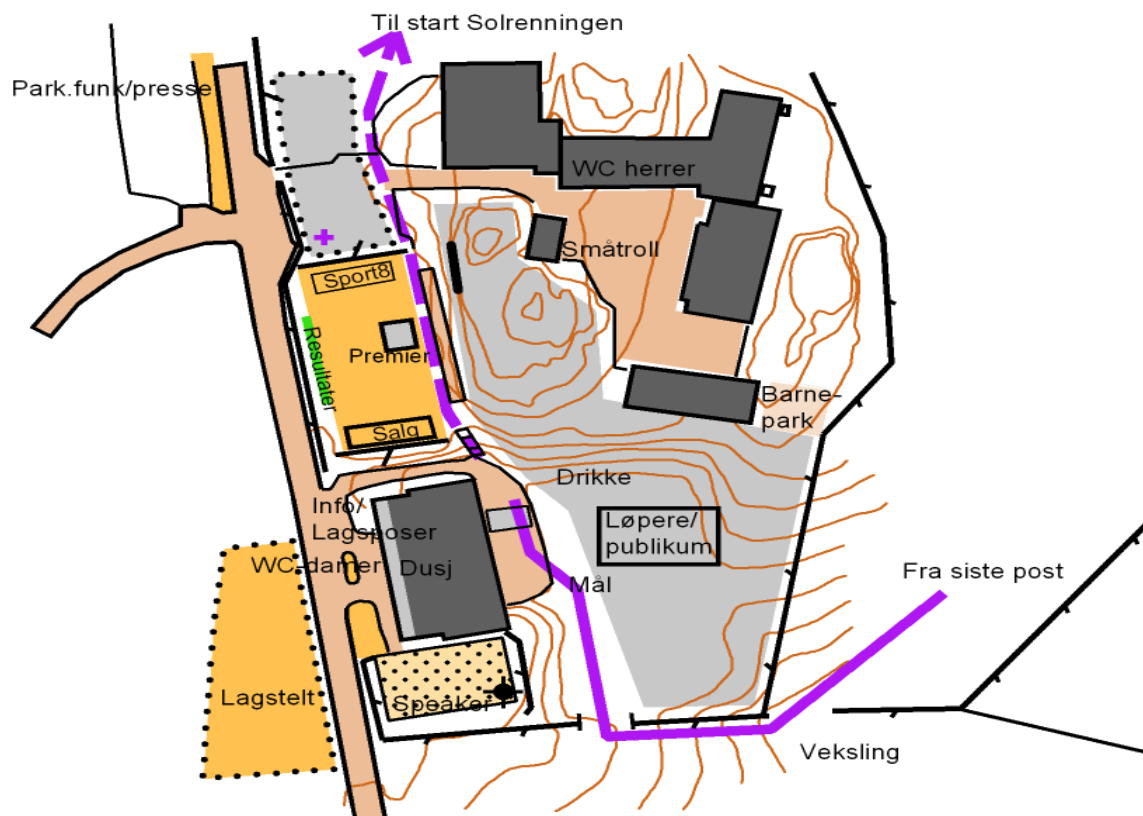
Arena lørdag



SPORT 8.NO

Sport8 kommer med salgstelt på arena begge dager og har godt utvalg av sesongens varer!

Arena søndag



VÅRSTAFETTEN LØRDAG 20.APRIL

Lagoppstilling:

Leveres elektronisk senest fredag 19. april kl. 21.00 via Eventor. Endringer på arena aksepteres inntil 1 time før første start. Backuplapp skal påføres brikkenummer, startnummer og etappe på den hvite siden.

Lagsposer:

Lagsposer deles ut i Infobod på arena. I lagsposene ligger leiebrikker, backuplapper, startnummer, PM og startliste.

Målestokk:

1:10 000 for alle klasser.

Startnummer

Alle skal bære startnummer tydelig på brystet etter følgende nummerserier:

H13-16	D13-16	H11-12	D11-12
101-	201-	301-	401-

Etappenummer står bak lagnummer. Startnummer ligger i lagsposen.

**Start:**

På arena.

Klassevis opprop ved inngang til startfeltet 5 min. før hver fellesstart. **Husk å aktivere brikka før start.** Eventuell fellesstart annonseres av speaker.

H/D13-16 starter kl. 11.00. H/D11-12 starter kl. 11.10

Poster:

Postene er markert med O-skjerm og EMIT-stemplingsbukk. Poster kan ligge tett, så sjekk postkoden.

Veksling/mål:

Det er en egen folder for veksling i innløpet, til høyre i løpsretningen (se arenaskisse).

Retningslinjer for ungdomstafetten.

Også i år blir det mulighet for å løpe med flere løpere på de ugaflede etappene, såkalt patruljeløp, men ettersom det benyttede tidtakersystemet ikke har gode løsninger for denne måten å arrangere løp på, har vi i år gjort enkelte forandringer. Disse forandringene er følgende:

1. Det benyttes kun en brikke pr. etappe, og denne brikkas nummer må registreres ved påmelding av lagets løpere.
2. Hvis laget har 2 løpere på samme etappe, gis det opplysning om den ene løperens navn og brikkenummer ved påmelding av lagets løpere. Den andre løperens navn registreres i info-kiosk på arena på løpsdagen.
3. Det henstilles til lagene om å unngå å forandre brikkenummer i Vårstafetten. Eventuelle brikkeforandringer må dog gjøres senest 1 time før start, og resulterer i at laget faktureres tilsvarende etteranmelding.
4. Lagets brikker må benyttes i den etapperekkefølge de er registrert i lagoppstillingen, ellers blir laget disket.
5. I klasse D11-12 og H11-12 vil laget få utlevert 2 kart pr. lag i klubbens lagspose. Kart og startnummer til eventuelle ekstra løpere vil bli utlevert ved registrering av disse løperne i info-kiosken.
I klasse D13-16 og H13-16 vil startnummer til eventuell ekstra løper bli utlevert ved registrering av løperen i info-kiosken. Det vil være ekstra kart tilgjengelig ved veksling for andre etappe.
6. Hvis laget har 2 løpere på patruljeløp-etappene, foregår veksling ved berøring av, eller ved overlevering av kart til løper(e) på neste etappe. Løperne må derfor løpe samlet til veksling.
Hvis laget har 2 løpere på patruljeløp-etappene foregår målgang ved at begge løperne passerer mål-linjen. Løperne må derfor løpe samlet til målgang. Følg anvisningene fra målfunksjonærene.

Kartinnsamling:

Karta samles inn ved veksling. Sisteetappes løper beholder kart ved målgang. Øvrige kart deles ut lagvis til lagleder fra Infobod. Tidspunkt annonseres fra speaker på samlingsplass.

Premieutdeling

Når alle lag pr klasse er i mål. Speaker gir nærmere beskjed.

Løypelegger Vårstafetten:

Bernt O. Myrvold(SOL)



VÅRSPRETTEN LØRDAG 21.APRIL

Lagsposer:

Lagsposer deles ut i Infobod ved Mål. I lagsposene ligger leiebrikker, backuplapper, startnummer, PM, startliste og kart for løpere opp til 12 år og N-klasser.

Målestokk:

1:10 000 for alle klasser, unntatt veteranklasser fra og med H/D50- som har 1:7500.

Startnummer

Alle eliteklasser skal bære startnummer som finnes ved start, tydelig på brystet etter følgende nummerserier :

H21E	D21E	H19-20E	D19-20E	H17-18E	D17-18E
1-	101-	201-	301-	401-	501-

Direkteløyper

Det er 3 direkteløyper, hhv N-Åpen 1,7km, Dir-A 3,5km og Dir-C 2,5 km. Påmelding skjer i Infoboden. Start mellom kl 12:30 og 14:00. Startkontingent kr 100,-. Start skjer ved ordinær start. Påmeldingen innen kl 13:30, siste start kl 14:00.

Start:

Alle klasser har samme startsted. Følg hvite-blå merkebånd nord for arena. 900 meter til start. Første start kl 12:30. Alle N- og C-løyper har fri start mellom kl 12:30 og 14:00, men løperne må starte med 1 min intervall. N-åpen kan starte fra kl.11:30. Opprop 3 min før start. Det er løse postbeskrivelser på start.

Brikkekontroll

Ved utgang fra arenaområdet kan løperne sjekke om brikken er i live.

Poster:

Postene er markert med O-skjerm og EMIT-stemplingsbukk. Poster kan ligge tett, så sjekk postkoden.

Målgang:

For de som løper mellomdistansen er det en egen målfolde som ligger til venstre i innløpet (se arenaskisse). Sluttiden tas når du stempler på målposten. Du beholder løpskartet etter målgang. NB! Pass på å komme i riktig målfolde.

Meldeposter elite:

Klasse	Meldepost 1	Meldepost 2	Mål
H21E	1,3 km	4,8 km	5,2 km
D21E	1,2 km	3,4 km	3,8 km
H19-20E	1,3 km	3,7 km	4,1 km
D19-20E	1,0 km	3,2 km	3,6 km
H17-18E	1,3 km	3,5 km	3,9 km
D17-18E	1,0 km	2,8 km	3,2 km

Premier: Etter hvert som klassene er ferdig. Det vil bli oppslag for når premieutdeling i de respektive klassene forventes klare. Løperne henter selv premiene i utdelingsstelt. Nybegynnere kan hente premier når de har fullført og kommet i mål.

Løypelegger Vårsprett: Tormod Jensen(SOL)



SOLRENNINGEN SØNDAG 21.APRIL

Lagsposer:

Lagsposer deles ut i Infobod ved Mål. I lagsposene ligger leiebrikker, backup-lapper, startnummer, PM, startliste og kart for løpere opp til 12 år og N-klasser.

Målestokk:

1:10 000 for alle klasser, unntatt veteranklasser fra og med H50- og D35- som har 1:7500.

Startnummer

Alle eliteklasser skal bære startnummer tydelig på brystet etter følgende nummerserier:

H21E	D21E	H19-20E	D19-20E	H17-18E	D17-18E
1-	101-	201-	301-	401-	501-

Startnummer ved start.

Direkteløyper

Det er 4 direkteløyper, hhv N-Åpen 2,1km, Dir-AK 3,8km, Dir-AL 8,0km og Dir-C 3,2 km. Påmelding i Infoboden. Startkontingent kr 100,-. Start skjer ved ordinær start. Påmeldingen innen kl 11:30, første start kl 10:00, siste kl 12:00.

Start:

Alle klasser har samme startsted. Følg blå-hvite merkebånd nord for arena. 1100 meter til start. Terrenget nord og vest for veien til start er løpsterreng og derfor sperret for alle løpere før start. Første start er kl 10:00. Alle N- og C-løyper har fri start mellom kl 10:00 og 12:00, men løperne må starte med 1 min intervall. N-åpen kan starte 1 time før første ordinære start, altså kl 09:00. Opprop 3 min før start. Det er ca. 50 m merket løype til startpost.

Poster:

Postene er markert med O-skjerm og EMIT-stemplingsbukk. Poster kan ligge tett, så sjekk postkoden.

Ungdomskonkurransen:

Se egen informasjon på www.norwegianspring.no.

Kartbytte:

Den lengste løypa i eliteklassen har kartbytte. Følg merking fra siste post i første del til ny start med kartbytte.

Væskeposter:

Det er væskeposter med vann. Væskeposter er markert i postbeskrivelsen.

Gjerder/piggtråd:

Løperne kan komme i kontakt med og må krysse gjerder med ledning. Ledningene er ikke strømførende nå. Gjerdene er markert på kartet, men kan være litt vanskelig å se i høy løpsfart. Vis hensyn ved eventuell kryssing av gjerder slik at disse ikke blir ødelagt.

Det er mye piggtråd i tilknytning til jorder mot mål. Vær oppmerksom.

Målgang:

Sluttiden tas når du stempler på målposten.

Du beholder løpskartet etter målgang. Vi henstiller til fairplay og at løpere som har avsluttet sitt løp ikke viser kart og løyper til seinere startende.

Norwegian Spring

Meldeposter elite:

Klasse	Meldepost 1	Meldepost 2	Meldepost 3	Passering	Mål
H21E	4,3km	6,8km	11,7km	13,7km	14,3 km
D21E	3,9km	6,0km	7,0km	8,5km	9,2 km
H19-20E	4,3km	6,4km	7,7km	9,7km	10,3 km
D19-20E	3,3km	5,5km		6,9km	7,5 km
H17-18E	4,7km			7,5km	8,1 km
D17-18E	3,3km			5,5km	6,1 km

Resultater:

Resultatlistene vil jevnlig bli slått opp på resultatavla og legges ut på Eventor og www.norwegianspring.no i etterkant av løpet.

Premier:

Premieutdeling etterhvert som klassene er ferdig. Nybegynnere kan hente premier når de har fullført og kommet i mål. Det blir oppslag over når premieutdeling forventes klar i de respektive klasser.

Løypelegger Solrenningen:

Hans Huseby(SOL)



Et fellesarrangement mellom
Halden SK og Sarpsborg OL.
Løpets nettside: www.norwegianspring.no