



SO-cup Sørmarka, løp-1

Torsdag 20. mai 2021

NB! Smittevernregler: Oppsummert gjelder følgende retningslinjer for deltakere i o-løp:

- Alle skal sprit vaske sine hender og EKT- brikke før start.
- Alle skalspritvaske hender og brikke før avlesing i mål.
- Konkurransene gjennomføres etter prinsippet kom-løp-dra hjem, ingen skal være på stedet lenger enn nødvendig.
- Følg arrangørens anvisning på arena. Husk avstandsregelen på minst 1 meter til alle som ikke bor i samme husstand.
- Ikke bli stående på post etter at du har stemplet – trenger du en tenkepause så trekk noen meter unna før du planlegger neste strekk.
- Husk at en ikke skal stå tett sammen etter gjennomført løp og diskutere kart og veivalg – også her gjelder avstandsreglene.
- Personer med symptomer på luftveisinfeksjoner skal ikke delta/arrangere, heller ikke ved milde symptomer. Det gjelder også personer i karantene eller isolasjon.

Løpet er for medlemmer i Stavanger Orienteringsklubb, men andre løpere fra Stavanger kommune kan også delta. Postskjermer vil bli hengende ute en uke, og løypene vil gjøres tilgjengelige på Eventor/SOs hjemmeside etter løpet. Vipps gjerne kr 30,- til Stavanger O-Klubb, kontonr. 7877.06.52153 hvis du gjør dette.

Startkontingen: kr 0,-

Påmelding: Påmelding i Eventor, ordinær påmelding innen onsdag 19. mai kl. 23:59. Det blir ikke etteranmelding ved løpsstart.

Frammøte: Gressplen nord for parkeringen

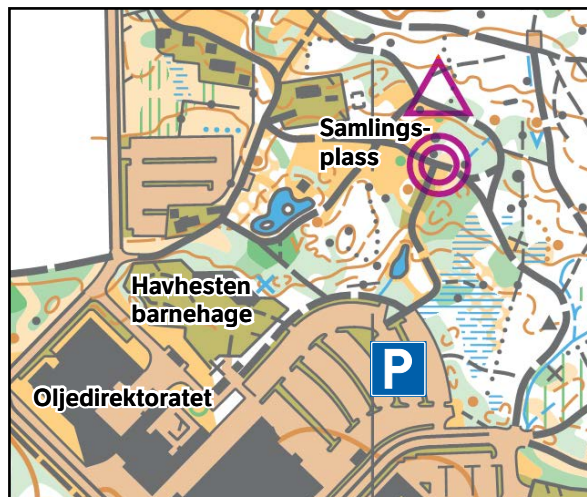
Parkering: Oljedirektoratets parkeringsplass

Tid: Start mellom 17.30-19.00. Brytetid 19.45

Kart: Sørmarka 1:5000, 5 m ekvidistanse, utgitt 2016, noen endringer etter trefelling i 2018 er ikke tegnet inn.

Løse postbeskrivelser: Kommer i PM. Last ned, skriv ut, og ta med selv.

Terrang: Løypene går på stier og grusvei. Løypene krysser utmark der dyr kan være på beite. Løpere best ta hensyn til dyrene når de passerer.



Løypenr.	Nivå	Lengde	Klasser	Starttid
1 - Lang	A	5 km	DH15-16 / DH17-59 / 60+	flexistart 17:30-19:00
2 - Mellom	B	3,5 km	DH13-14, B-åpen	flexistart 17:30-19:00
3 - Kort	C	2,4 km	DH11-12. C-åpen	flexistart 17:30-19:00
4 - NY	NY	1,3 km	Ny	flexistart 17:30-19:00

Førstehjelp: Henvendelse til tidtaker/administrasjon

Løpsleder og løypelegger: Martin Blystad, tlf. 90512328

Smittevernsansvarlig: Martin Blystad