

Gaddal IL

Innbyr til bedrifts-o-løp
Onsdag 9. september 2020



- Løpssted:** Vagleskogen
- Løpstype:** Rankingløp
- Kart:** Vagleskogen
Utgitt: 2013, revidert opp gjennom årene
Kartnorm: Sprint (ISSOM)
Målestokk: 1:5000
Ekvidistanse: 2,5 meter
Terreng: Meget lettøpt skogsterreng med veier og stier.
Områder med mye vindfall er markert med grønt på kartet.
- Start:** Fleksistart fra kl. 17.00 til kl. 19.00. Start i nærhet av samlingsplass.
Klubbene vil få tildelt startintervall i PM som må følges for å spre deltakerne.
- Brytetid:** Kl. 20.00
- Klasse/løype:** Iht. standard klasser og løypelengder
- Fremmøte:** Nord for Vagle Næringspark
- Parkering:** Vagle Næringspark. Merket fra rundkjøring på RV505 og på RV44.
Egnet for barnevogn til samlingsplass
- Startkontingent:** Alle klasser kr 100,-
Etteranmelding kr 150,-
- Aktive løpere:** Aktive som løper for bedriftsidrettslag kan delta på lik linje med bedriftsløpere og få rankingpoeng og sesongpremie. Startkontingent som for bedriftsløpere. Aktive under 30 år kan delta utenfor konkurranse med startkontingent kr 45,-.
- Påmelding:** Se artikkel om påmelding under «Oppmenn» på bedriftsorienteringens hjemmeside. Påmeldingen skal inneholde løper-ID, navn, klubb, klasse og brikkenummer. **NB! Alle løpere må oppdatere opplysningene i løperdatabasen i Rogaland bedriftsidrettskrets med tlf. og e-postadresse. [Det gjøres på nettsiden til bedriftsidrettskretsen](#). Den enkelte løper er selv ansvarlig for å ordne dette.**
Påmeldingsfrist: Onsdag 2. september
Sendes til: Gaddal IL v/ Aud Taksdal
E-post: aud.taksdal@lyse.net
- Etteranmelding:** **Tirsdag 8. september kl. 2000.**
ETTERANMELDING ER IKKE MULIG PÅ LØPET, og gjelder også «aktive løpere»!
Løpere som ikke er forhåndspåmeldt får ikke starte
- Betaling:** Gaddal IL – orientering, Paulinehagen 2, 4322 Sandnes
Kontonr. 3260.29.78787
Klubbens navn og løpsdato **må** vise på innbetalingen
- Løpsleder:** Aart Joakim in't Veld, tlf. 984 85 629, aartjoakim@hotmail.com
- Løypelegger(e):** Morten Bjerga Sundli
- Førstehjelp:** Jørgen Breivold og Aart Joakim in't Veld
- Smittevern-ansvarlig:** Aart Joakim in't Veld
- Løpsantrekk:** Heldekkende unntatt hode, hals og armer
- Toalettforhold:** Nei
- Barneparkering:** Nei
- Småttroll for barn:** Nei
- Salg:** Pga. smittevernregler blir det ikke salg på samlingsplass
- Merknader:** Pga. Covid-19 arrangeres løpet etter prinsippet kom-løp-dra hjem



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

- Personer med symptomer på luftveisinfeksjoner skal ikke delta/arrangere. Det gjelder også personer i karantene eller isolasjon.
- Det kan maksimalt være 200 personer samtidig på samlingsplass. Prinsippet kom-løp-dra hjem gjelder.
- Arrangøren skal ha en smittevernansvarlig som alle må forholde seg til pålegg fra.
- Det vil ikke bli delt ut strekktidlapper!
- Trekk deg bort fra stemplingsbukk når du har stemplet om du trenger planlegge neste strekk.
- Følg anvisning om startintervall
- Alle skal spritvaske hender før de går inn i startbås
- Det skal være mulig å spritvaske hender og brikke før avlesing.
- Forlat arena så raskt som mulig etter du har løpt.

Se hele smittevernreglene på:

http://www.orientering.no/media/filer_public/78/85/788540ae-cf9e-4a7f-8995-2abade27c559/veileder_for_o-lop_med_begrenset_deltagelse.pdf