

PM bedrifts-o-løp Sørmarka Stavanger

Onsdag 26.august 2020

Stavanger kommune BIL, Orienteringsgruppa

- Samlingsplass** Samlingsplass vil være i nærheten av Oljedirektoratets parkeringsplass i Professor Olav Hanssens vei.
- Parkering** Oljedirektoratets parkeringsplass, Olav Hanssens vei. Merket ved innkjøring fra Kristine Bonnevis veg. Kort vei egnet for barnevogn fra parkering til samlingsplass. Vi oppfordrer alle som kan sykle eller gå til løpet å gjøre det, slik at de som bor lenger vekk kan finne parkeringsplass når de kommer.
- Starttid** **Fleksistart fra kl. 16.30 til kl. 19.00. Brytetid kl. 20.00.**
På grunn av smitteverntreglene må vi sikre at deltakerne spres utover i starttidsrommet. Følgende starttider gjelder.
Klubber med navn som begynner med følgende bokstaver:
A - L kl. 16.30 – 17.40
M - Å kl. 17.40 – 19.00
HUSK: KOM TIL TIDEN OG FORLAT ARENAEN SÅ SNART DU ER FERDIG.
- Start** Ved samlingsplass.
- Kart** Sørmarka. Kartnorm: Normal (ISOM)
Målestokk: 1:5000 Ekvidistanse: 5 meter
- Løpsantrekk:** Heldekkende unntatt hode, hals og armer. Tillatt med piggsko.
- Terreng** Stort sett lettløpt skogsterreng med en god del stier. En del mindre stier og tråkk er ikke tegnet inn på kartet.

Løype	Klasse	Antall poster	Lengde	Målestokk
B	HA, HB	21	4,8 Km	1:5000
C	DA, HC	16	4,3 Km	1:5000
D	DB, H16, H40	14	3,8 Km	1:5000
E	H50	16	3,4 Km	1:5000
F	D16, H60 – H70	15	3,3 Km	1:5000
G	D40, D50	14	3,1 Km	1:5000
H	D60 – D75, H75	16	2,8 Km	1:5000
I	HT, H80, D80	12	2,5 Km	1:5000
J	DT	11	2,5 Km	1:5000
K	DNY, HNY	10	2,3 Km	1:5000

- Postbeskrivelse** **Det er ikke løse postbeskrivelser.**
- Strekktidlapper** **Ingen strekktidlapper blir utdelt** (i henhold til Norges orienteringsforbunds covid19 instruks.)
- Kart DNy og Hny** Kartene til løpere i DNY og HNY ligger ved start som de øvrige.
- Småttroll** Nei
- Barneparkering** Nei
- Salg** Nei
- Toalett** Ikke adgang til toalett.

Ved spørsmål, ta kontakt med løpsleder /løypelegger:
Arngrim Utskarpen tlf. 45448941 / Paul A. Paulsen tlf. 48269420, paul.paulsen3@lyse.net



Husk smittevernreglene:

Oppsummert gjelder følgende retningslinjer for deltakere i o-løp:

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

- **Personer med symptomer på luftveisinfeksjoner skal ikke delta/arrangere, heller ikke ved milde symptomer. Det gjelder også personer i karantene eller isolasjon. Personer som er i risikogrupper for koronainfeksjon anbefales på generelt grunnlag å ikke delta i arrangementer.**
- Det kan maksimalt være 200 personer samtidig på samlingsplass. Prinsippet kom-løp-dra hjem gjelder.
- **Avstandskrav på 1m gjelder alle utenom egen husstand både på samlingsplass og i løypa**
- 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 å planlegge neste strekk.
- Følg anvisning om startintervall.
- Alle skal spritvaske hender og brikke før de går inn i startbås.
- Alle skal spritvaske hender og brikke før avlesing i mål.
- 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