

PM

DALANE B.I.L/EOK
Onsdag 02.09.2020
Hellvik , Egersund

Samlingsplass

Hellvik Skole
Merket fra RV 44

Parkering

På anviste plasser av vaktene i området

Tog

Togstasjon i nærheten. 10 min å gå.

Start

Flexistart fra kl 17.00 til kl. 19.00

Følgende startid gjelder : Klubber med navn som begynner fra

A-K	17.00-18.00
L-Å	18.00-19.00

Sko

Bruk gjerne sko med gummiknotter

Kart /terreng

Målestokk 1:5000 i alle løyper

Knauser, terreng og gater. O-sko anbefales

Respekter forbudt område, skravert, privat hagegrønt og jorder

I øst er det plassert ut gjerdeklyvere og markert gode krysningspunkt, bruk disse.

Skulle du være uheldig med gjerdet ønsker vi tilbakemelding

Det går 5 sauer i beite helt øst på kartet, vis hensyn om du føler du presser dem

Se opp for biltrafikk, Oppvarming fra skoleområdet og nordover

Løypelengder

	Klasse	Antall poster	Lengde
B	HA ,HB	23	4,7 km
C	DA ,HC	19	4,1 km
D	DB, H16, H40	18	4,0km
E	H50	17	3,8 km
F	D16, H60-H70	17	3,1 km
G	D40, D50	13	3,3km
H	D60-D75, H75	12	2,9 km
I	HT, H80, D80	15	2,9 km
J	DT	15	2,2 km

Toalett

I skolen . Skal kun brukes til toalettformål. Gå ikke inn med piggsko.

Smittevernregler:

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 samlingsplassen. Avstandskrav 1 m gjelder alle utenom egen husstand, både på samlingsplass og i løypa.

Arrangøren har en smittevernansvarlig som alle må forholde seg til pålegg fra. Følg anvisning om startintervall.

Trekk deg bort fra stemplingsbukk når du har stemplet om du trenger planlegge neste strekk.

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