



PM bedriftsløp 23. september 2020

Stavanger Orienteringsklubb ønsker velkommen til løp i Kvernevik

Covid-19: Personer som har symptomer på luftveisinfeksjon skal ikke delta/arrangere (heller ikke ved milde symptomer). Dette gjelder også personer som er i karantene eller isolasjon. Personer i risikogruppe anbefales på generelt grunnlag å ikke delta i arrangementer

Husk at en ikke skal stå tett sammen etter gjennomført løp og diskutere kart og veivalg – også her gjelder avstandsreglene.

Husk 1 meters avstand og spriting av brikke og hender før start og før brikkeavlesing i mål.

Start: Smittevernlegen i Stavanger har påpekt at det kun er tillatt med arrangement med inntil 200 deltakere. Løpet er derfor delt i to løp med følgende starttider:

Kl. 16.30 – 17.30 starter klubbene:

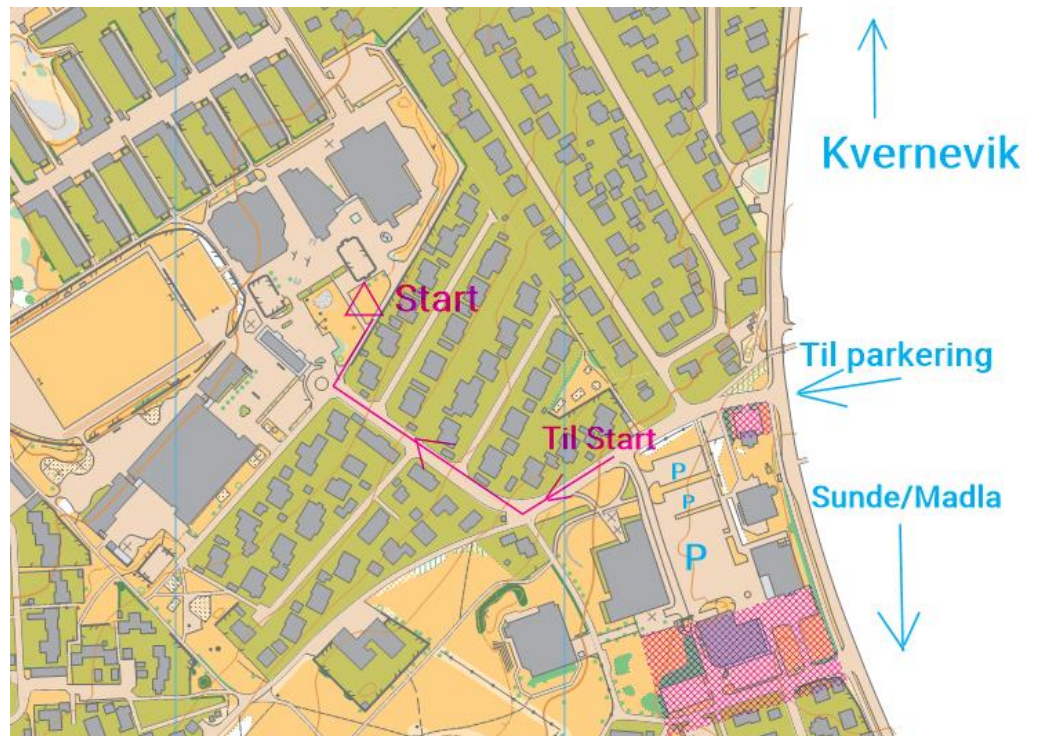
Multiconsult	Sportsclub 7
National Oilwell Varco	St. Olav vgs
NAV	Statens kartverk BIL
Nettsenteret	Statens vegvesen BIL
Norconsult	Stavanger kommune BIL
Norrøna Storkjøkken	Stavanger O-klubb
Nortura BIL	Stavanger Turistforening
PetrOI	SUS BIL
Posten BIL	Svela Bygg
Procon RI	Sweco BIL
Ramudden	Tannlege Bjerkeli
Rogaland Politiidrettslag	Tannlege Prestvold BIL
Rotorsport bristow	Tannhelse Rogaland BIL
Sandnes kommune BIL	Telesport
Sandnes Småfirma BIL	Tenner og Trivsel
Sandnes Sparebank	Time kommune
Schlumberger BIL	Tine Meierier
Shell-sport	UIS BIL
Skinna Bryggeri	Unotek
Smedvig Eiendom	VID
Sola kommune	Vår Energi BIL
Sparebank 1 SR-Bank	Westnet
Sparebanken Sør	

Kl. 18.00 – 19.00 starter klubbene:

ABB	Fylkeshuset BIL
Aero Norway	Gjesdal kommune BIL
Aftenbladet	Hallidclub
Aibel	Hewlett Packard Enterprise
Aker BP Kvarts BIL	Hå kommune BIL
Aker Solutions	IRIS
Apply BIL	IVAR IKS
Avinor BIL	Jernbanen II
Avito Aktiv	JWC Orienteering
BoligPartner BIL	Klepp Energi
Bouvet	Klepp kommune BIL
Capgemini BIL	Kruse Smith BIL
Cegal BIL	Kverneland BIL
Conoco Phillips BIL	Laerdal Medical BIL
Dalane kommunene BIL	Lyse Aktiv
Equinor BIL	Lærerne
Forsvarsbygg BIL	

Dette er et sprintløp med kart i startøyeblikket.

- Brytetid:** Kl. 19:30. OBS: Tidligere brytetid p.g.a. mørkere kvelder.
- Oppvarming:** Mellom parkering og start. I tillegg kan det åpne området vest for Kvernevik svømmehall og Sunde kirke benyttes.
- Samlingsplass:** Løpet arrangeres uten samlingsplass etter prinsippet **KOM – LØP – DRA HJEM**
Det anmodes om å skifte ved parkering/hjemme og å gå rett til start.
- Parkering:** På offentlige parkeringsplasser ved Kvernevik svømmehall



Kart: Kvernevik
 Kartnorm: Sprint (ISSOM)
 Ekvidistanse: 2,5 meter
 Målestokk 1:4 000

Terreng: Gater, friområder og kystterreng.
Vis hensyn til beboere!

Fottøy: Løpssko med godt mønster uten pigg, alternativt joggesko med pigg.

Løypelengder:

Løype	Klasse	Lengde	Antall poster
B	HA, HB	3,7 km	19
C	DA, HC	3,0 km	16
D	DB, H16, H40	2,8 km	12
E	H50	2,7 km	12
F	D16, H60-70	2,3 km	11
G	D40, D50	2,1 km	9
H	D60-75, H75	2,0 km	9
I	HT, D/H80	1,9 km	10
J	DT	1,6 km	10
K	NY	1,4 km	7

Postbeskrivelser: Løse postbeskrivelser er vedlagt. Skriv ut – ta med ☺

Trafikk: Løypene krysser trafikert vei.
Vær OBS på buss – og biltrafikk ved kryssing.
Vær oppmerksom på syklistene ved kryssing av sykkelstier.
Vent om nødvendig noen sekunder før du krysser veien!

Toalettforhold: Ingen

Løpsleder: Kjell Skjæveland, mob. 92695490

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.
- Vi anbefaler at du tar deg til løpet til fots eller vha sykkel, eventuelt privatbil. Bruk av kollektiv transport anbefales ikke.
- Avstandskrav på 1m gjelder alle utenom egen husstand både på samlingsplass og i løypa
- Eventuelle pålegg fra arrangørens smittevernansvarlig og arrangørstab skal til enhver tid følges.
- Maks ti løpere kan starte per minutt.
Det vil være tydelig merket ved start og målgang for å sikre at avstandskrav på 1 meter overholdes.
- Arrangøren skal ha en smittevernansvarlig som alle må forholde seg til pålegg fra.
- Det vil ikke bli delt ut strekktidlapper. Strekktider og resultater kan sjekkes på nettsiden hjemme etter løpet.
- Trekk deg bort fra stemplingsbukk når du har stemplet om du trenger planlegge neste strekk. Vent på tur dersom noen er før deg ved stempling, husk krav om 1 meters avstand også ved stempling på post.
- Følg anvisning om startintervall.
- Alle skal spritvaske hender 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, prinsippet «kom- løp- dra hjem» gjelder.
- Varsle arrangør dersom du i løpet av ti dager etter løpet får påvist koronavirusinfeksjon.

Se hele smittevernreglene her:

http://orientering.no/media/filer_public/ea/a3/ea3e55b-3afc-4f9d-944a-9e4d9cca4407/veileder_for_o-lop_med_begrenset_deltagelse_17_08_2020.pdf

Bedrifts O-løp 23 sep20					
HA, HB					
Løype B	3,7 km				
▷					
1	31	mm		LO	
2	32	▲		○	
3	33	mm		○	
4	34	↓ mm		L	
5	35	mm		○	
6	36	⚠		○	
7	37	▲		○	
8	38	▲		○	
9	39	∩			
10	40	mm		L	
11	41	≡		○	
12	42	▲		○	
13	43	☹		○	
14	44	∩ ~			
15	45	▲		○	
16	46	▲		○	
17	47	↗		└	
18	48	⚠		○	
19	49	↗		└	
○	160 m				⊗

Bedrifts O-løp 23 sep20					
DB, H16, H40					
Løype D	2,8 km				
▷					
1	36	⚠		○	
2	35	mm		○	
3	33	mm		○	
4	52	⚠		○	
5	43	☹		○	
6	42	▲		○	
7	40	mm		L	
8	51	▲		○	
9	37	▲		○	
10	58	■		└	
11	48	⚠		○	
12	61	○		○	
○	100 m				⊗

Bedrifts O-løp 23 sep20					
DA, HC					
Løype C	3,0 km				
▷					
1	49	↗		└	
2	59	◇		>	
3	36	⚠		○	
4	34	↓ mm		L	
5	50	↓ mm		L	
6	33	mm		○	
7	45	▲		○	
8	37	▲		○	
9	38	▲		○	
10	51	▲		○	
11	39	∩			
12	43	☹		○	
13	42	▲		○	
14	58	■		└	
15	31	mm		LO	
16	53	∩			
○	150 m				⊗

Bedrifts O-løp 23 sep20					
H50					
Løype E	2,7 km				
▷					
1	32	▲		○	
2	34	↓ mm		L	
3	50	↓ mm		L	
4	33	mm		○	
5	40	mm		L	
6	52	⚠		○	
7	43	☹		○	
8	42	▲		○	
9	44	∩ ~			
10	37	▲		○	
11	59	◇		>	
12	53	∩			
○	150 m				⊗

Bedrifts O-løp 23 sep20					
D16, H60, H65, H70					
Løype F	2,3 km				
▷					
1	48	⚠		○	
2	47	↗		└	
3	45	▲		○	
4	51	▲		○	
5	39	∩			
6	52	⚠		○	
7	41	≡		○	
8	36	⚠		○	
9	31	mm		LO	
10	53	∩			
11	61	○		○	
○	100 m				⊗

Bedrifts O-løp 23 sep20					
HT, H80, D80					
Løype I	1,9 km				
▷					
1	53	∩			
2	55	■		<	
3	32	▲		○	
4	33	mm		○	
5	50	↓ mm		L	
6	35	mm		○	
7	56	↖ ×		○	
8	59	◇		>	
9	49	↗		└	
10	61	○		○	
○	100 m				⊗

Bedrifts O-løp 23 sep20					
DNY og HNY					
Løype K	1,4 km				
▷					
1	55	■		<	
2	56	↖ ×		○	
3	57	↗ / ×			
4	58	■		└	
5	59	◇		>	
6	49	↗		└	
7	61	○		○	
○	100 m				⊗

Bedrifts 0-løp 23 sep20					
DT					
Løype J	1,6 km				
▷					
1	59	◇		▷	
2	58	■		┘	
3	57	/	/	×	
4	36	⌘		○	
5	56	↖	×	○	
6	32	▲		♀	
7	55	■		◀	
8	48	⌘		○	
9	49	/		↖	
10	61	○		○	
○	100 m				○

Bedrifts 0-løp 23 sep20					
D40, D50					
Løype G	2,1 km				
▷					
1	59	◇		▷	
2	52	⚠		○	
3	39	∩			
4	51	▲		○	
5	38	▲		○	
6	45	▲		○	
7	47	/		┘	
8	48	⌘		○	
9	49	/		↖	
○	160 m				○

Bedrifts 0-løp 23 sep20					
D60, D65, D70, D75, H75					
Løype H	2,0 km				
▷					
1	48	⌘		○	
2	47	/		┘	
3	46	▲		○	
4	44	∩	∩		
5	52	⚠		○	
6	41	≡		○	
7	31	⌘		○	
8	49	/		↖	
9	61	○		○	
○	100 m				○