



Ganddal IL – Orientering



Innbyr til

Utslagssprint (Sprintcup) i langrennsstil ved Sørbo Skole tirsdag 18. mai

Fremmøte/Samlingsplass: Sørbo skole (sørvestsiden)

Første Start: 1700 (mrk tiden) Start og mål alle løyper er ved samlingsplass

Parkering: Lundehaugen VGS og Sørbohøllan (merket fra Hoveveien)

Kart: Lundehaugen 1:4000 (revidert til sprintnorm 2010) Løpskart er i 1:2500

Terreng: Lettløpt gate og parkterreng med innslag av tyngre skogsterreng

Klasser :

1	D17	(12 videre fra prolog)
2	D -16 og D+55	(12 videre fra prolog)
3	H17	(24 videre fra prolog)
4	H -16 og H+55	(24 videre fra prolog)
5	Nybegynner	
6	Småtroll	

Merk at løpere over 55 år kan velge hvilken klasse de vil løpe i. Dette må oppgis ved innkomst prolog.

Start/Program: 1700-1800 * Prolog for Sprintcup. (Må være gjennomført innen 1805)
* Postplukk for Nybegynnere og småtroll

Fra 1800 * Ny løype for Nybegynnere
* Speed O løype(r) for Småtroll og Nybegynnere

Fra ca 1820 * Finaleheat for sprintcup (først er kvartfinaler for herreløpere)
CA 1930 * Superfinaler

Fremgangsmåte:

- Løperne møter som vanlig, noterer seg på en deltakerliste og starter på prolog.
- Tidspunkt for målregistrering i prologen avgjør hvem som møter hvem i videre finaler
- 3 beste fra hvert heat går videre
- Utslåtte løpere får løpe gjennom løypene etter hvert som konkurransheatene kommer imål
- Løypelengdene er fra 500 -1200m

-Kvelden blir avsluttet med en SUPERFINALE for Herreklassene og Dameklassene

Løypelegger: Oddvar Taksdal

Løpsleder : Trond N Lamark

Startkontingent: kr 65,- (+kr 15,- i forhold til vanlig NK. Dette grunnet høyt antall kart som må trykkes.)

Et PM med informasjon og nøyaktig tidsskjema kommer nærmere løpsdag.

Vel Møtt til et fartsfylt og publikumsvennlig orienteringsløp