



ARIES
SPORTSWEAR



ARIES-Cup 2. september 2009

PM

Elverum OK ønsker velkommen til utsatt åpningsetappe i årets ARIES-Cup. Denne gangen uten snø ☺

Samlingsplass og parkering

Skistadion i Strandbygda på Søbakken. Merket fra Nycomed ved Strandbygdveien på ØST-siden av Glomma, ca. 3 km NORD for sentrum. Parkering nede på parkeringsplassen. Ikke kjør opp til stadion.

Kart og terreng

Løvbergsmoen, 2005, 1:7500, 5 meter ekvidistanse. Det har vært noe tømmerdrift i området. Enkelte nye tømmerlep har kommet til i terrenget. **Disse er ikke på kartet.**

Meget lettløpt furumo for alle. De lengste løypene har også innslag av litt mer krevende o-teknisk terreng med noe kupering.

D/H11-12, C-Åpen og N-Åpen får kartene i lagsposen. De øvrige klasser i startøyeblikket.

N-Åpen-løypa er er lagt ut på Mjøs-O sine hjemmesider.

Start

Alle løper med startnummer. *Sponsor: Kleppes Salong*

Oppropstid 3 min før start. Starten ligger ca. 60 m NORD for samlingsplass. Starten er i starttrekanten (ikke startpost).

Alle løpere løper med brikke. Gule backup-lapper fylles ut for alle.

N-Åpen-løpere starter når de selv ønsker.

Trøyseremoni fra klokken 17.30. Seremonien varer maks 10 minutter.

Første start er klokken 18.00

Løyper

Løpet er en mellomdistanse.

Klasse	Lengde	Antall poster
H17-20	5,5 km	19
D17-20	4,5 km	13
D/H15-16	3,7 km	14
D/H13-14	3,1 km	13
D/H11-12, C-Åpen	1,8 km	9
N-Åpen	1,6 km	6

Spesialstrekk

Det er lagt inn spesialstrekk i alle løypene som teller i kampen om de ulike trøyene.

Spesialstrekkene er angitt i postbeskrivelsen på kartet.

Følgende klasser har følgende spesialstrekk :

D/H 11-12 : Spurtstrekk fra siste post til mål. mål. Dette gir grunnlag for **Gronne trøyer – sponsor O. Johansen trevare**

D/H 13-14 : Sprintstrekk mellom 6. og 7. post. Dette gir grunnlag for **Røde trøyer – sponsor Visma**

D/H 15-16 : Klatrestrekk mellom 2. og 3 post. Dette gir grunnlag for **Hvit trøye - sponsor Syljuåsen**

D 17-20 : Utforstrekk mellom 7. og 8. post. Dette gir grunnlag for **Oransje trøyer – sponsor Statskog SF**

H 17-20 : Utforstrekk mellom 10. og 11. post. Dette gir grunnlag for **Oransje trøyer – sponsor Statskog SF**

Det er antall poeng den enkelte løper har sanket som legger grunnlaget i kampen om de gule ledertrøyene og spesialtrøyene. Personen med flest poeng løper med den gule ledertrøya i sin klasse. Se ARIES-cupens hjemmeside for oversikt over poengberegning. Hvis samme person leder både sammenlagt og i kampen om spesialtrøyene, vil denne løpe med gul ledertrøye og nr. 2 på lista for spesialtrøye løpe med denne.

Alle trøyer deles ut før hvert løp. Trøyene leveres innetter løpet og vinnes til odell og eie etter finalen som er søndag 4. oktober. I finalen teller de 3 beste av 4 løp som grunnlag for jaktstarten.

Annet

Når man har kommet i mål får alle løperne en skål med **frukt** i tillegg til løperdrikke. Andre som får lyst på frukt kan kjøpe det på samlingsplass, der det også er mulig å kjøpe kaffe og kake.

Det vil ikke bli anledning for **foreldre** til å løpe orientering denne kvelden. Alle foreldre/sjåfører skal ta hånd om sine respektive løpere før og etter løpet.

Løpsledelse

Løpsleder: Harald Østbye (48992895)

Løypelegger: Harald Østbye

Elverum OK i samarbeid med Mjøs-O ønsker alle en riktig god tur!

