

# Innbydelse Smaalenenløpet - foreløpig versjon

**Indre Østfold orienteringsklubb har gleden av å invitere til Smaalenenløpet og det andre løpet i Østfold O-weekend søndag 25. april 2010.**

**Frammøte:** Myrås (Hærland skistadion), 13 km øst for Mysen. Merket fra E18 ved Melleby 7 km øst for Momarken og Trollbergtjern 13 km øst for Momarken.

**Parkering:** På anviste plasser. 200 - 700 m å gå til arenaen. Parkeringsavgift kr. 20,-

**Kart og terreng:** Nordskogen. Utgitt 1986, revidert 2009. God kvalitet. Målestokk 1:10.000. Ekv. 5 m. Middels kupert terreng. Stort sett åpen og fin skog med god løpbarhet, men noe nedsatt framkommelighet i enkelte områder med tett ungsog.

**Start:** Første start kl. 11.00. Omtrent 500 m å gå til start for alle klasser. N-åpen har starttid fra kl. 10.30 til 13.00.

KLASSER OG LØPELENGDER SMAALENENLØPET 2010					
Klasser med intervallstart	Nivå	Lengde	Klasser med jaktstart	Nivå	Lengde
N-åpen	N	1,8 km	H21E	A	9,5 km
D11-12N, H11-12N, D13-16N, H13-16N	N	1,8 km	D21E	A	7,2 km
D17N, H17N	N	2,5 km	H19-20E	A	8,5 km
D-10, D11-12, D13-16C, H-10, H11-12, H13-16C	C	2,5 km	D19-20E	A	5,3 km
D17C, H17C	C	2,8 km	H17-18E	A	7,2 km
D70, D75, D80, D85, H80, H85	A	2,5 km	D17-18E	A	5,0 km
D60, D65, H70, H75, D40AK	A	3,5 km	H15-16	A	5,9 km
D50, D55, H65, H40AK	A	4,0 km	D15-16	A	4,0 km
D45, H60	A	5,0 km	H13-14	B	3,6 km
D40, D17AK	A	5,0 km	D13-14	B	3,4 km
D35, H55	A	6,0 km	<b>Direkteløyper</b>		
H50, H17AK	A	6,0 km	Direkte 1	N	2,5 km
D21A, H45	A	6,5 km	Direkte 2	C	2,5 km
H40	A	7,0 km	Direkte 3	A	4,0 km
H35, H21A	A	8,0 km	Direkte 4	A	6,5 km

Det tas forbehold om mindre endringer av løypelengder og sammenslåing/deling av klasser.

Klassene D/H13-14, D/H15-16, D/H17-18E, D/H19-20E og D/H21E arrangeres med jaktstart basert på resultatene fra Lørdagskjappen. 30 minutter etter at lederen av jaktstarten har løpt ut, benyttes minuttstart.

**Kvittering:** Emit EKT. Ikke mulig å leie brikke for norske løpere. Et begrenset antall leiebrikker (kr 50,-) er tilgjengelig for løpere fra utenlandske klubber.

**Barnepark og småtroll:** Gratis barnepark for barn over 2 år. Småtroll kr. 20,-.

**Dusj:** På arenaen.

**Påmelding:** Påmelding gjøres fortrinnsvis via Palisoft. Link finnes på klubbens nettside [www.indre-ostfold.com](http://www.indre-ostfold.com).

Alternativt klubbvis påmelding på liste med navn, klasse og brikkenummer til Pål Tvetter, Åsgårdveien 376, 1850 Mysen.

Påmelding skal være arrangør i hende **senest onsdag 14. april**.

**Etteranmelding:** Via Palisoft **senest torsdag 22. april**. Påmelding til direkteklassene kan også gjøres løpsdagen inntil kl. 12.00.

**Avgifter:** D/H11-16: kr 80,- D/H17-: kr. 170. Tillegg for etteranmelding: D/H13-16: kr 40,- D/H17-: kr. 85,-. Samme avgift for direkteklasser som ordinære klasser, men ikke tillegg for etteranmelding. Avgift for leiebrikke (utenlandske løpere) og endring av påmeldingsdata: kr. 50,-. Avgifter faktureres i ettertid for norske klubber. Løpets kontr: 1100.11.51365. Utenlandske klubber betaler kontant ved utlevering av lagspose.

**Premier:** Etter NOFs regler. Fine premier.

**Overnatting:** Se [www.visitindre.no](http://www.visitindre.no), [www.visitmoss.no](http://www.visitmoss.no) og [www.visitsarpsborg.no](http://www.visitsarpsborg.no).

**Løpsledelse:** Løpsledere: Per Valsgård og Jan-Erik Fredriksen. Løypeleggere: Sigmund, Martin og Anders Vister.

Kontrollør: Kjell Lunde

**Informasjon og pressekontakt:** Smaalenenløpet på Internett: [www.indre-ostfold.com](http://www.indre-ostfold.com).

Informasjon: [pal.tveter@norgespost.no](mailto:pal.tveter@norgespost.no). Pressekontakt Claes-Tommy Herland, [Herland@skiforbundet.no](mailto:Herland@skiforbundet.no), tlf. 92827283.

**Salg av sportsutstyr:** Sport8 har salg på arenaen

**Lørdagskjappen/ 1. løp i Østfold O-weekend:** Arrangeres i Moss dagen før Smaalenenløpet. Se info på [www.ok-moss.no](http://www.ok-moss.no).