



ARIES-CUP 9. JUNI 2010

PM

Hamar Orienteringsklubb ønsker velkommen til årets tredje ARIES-cupetappe; Tekn-O etappen. Løpet er en mellomdistanse på kartet Maurdalen.

Merking og parkering

Det vil være merket fra riksveg 24 ca. 500 meter vest for Uthuskrysset. Derfra ca 3 km å kjøre. Parkering langs skogsbilvei.

Start

Enkeltstart. Starten er ca 350 meter merket nordover langs vei. 100 meter fra start til startpunkt. Alle løper med brikke. Gule backup-lapper ligger i lagsposen. Skriv på navn og brikkenr. Det er løse postbeskrivelser på start.

Alle løper med startnummer som finnes i lagsposen. Løperne plikter å bære startnummer, og reklame skal ikke brettes bort. Brudd på dette medfører diskvalifikasjon.

Trøyensermoni kl.17.40. Sermonien varer maks 10 minutter. Første start kl. 18.00

Kart

Maurdalen, Hamar O-klubb, utgitt 1993, revidert 2006-2010. Målestokk 1:10 000, ekv. 5 m. Løpskartene er lagt i plastposer og blir delt ut i startøyeblikket.

Kartene til N Åpen, C Åpen og D/H 11-12 ligger i lagsposen. N-åpen-løypa blir også lagt ut på

Mjøs-O sin hjemmeside www.mjoso.com, slik at foreldre og eldre i klubben kan gjennomgå løypa med løperne i forkant.

Terreng

Variert, partier med god løpbarhet. Detaljrikt, småkupert, o-teknisk krevende. Lite stier, men løpsterrenget avgrenses for de fleste løypene av en skogsbilvei (E 7) i nord og øst.

Det blir mye kartlesning, men pass på retningen! Sett ned farten i krevende partier og bruk de forenklingsteknikker du har lært 😊

Løypelengder

Klasse	Løypelengde
N-Åpen	1,9 km
C-Åpen	2,2 km
H 11-12	2,0 km
D 11-12	2,0 km
H 13-14	2,8 km
D 13-14	2,8 km
H 15-16	3,9 km
D 15-16	3,2 km
H 17-20	4,3 km
D 17-20	3,9 km

Det er mange poster, disse ligger tett. Følg godt med på postrekkefølgen og sjekk koder!

Spesialtrekk

Det er lagt inn spesialtrekk i alle aldersbestemte klasser i Aries cupen. Disse strekkene teller med i kampen om de ulike spesialtrøyene. Spesialtrekkene er angitt i postbeskrivelsen på kartet.

De forskjellige klassene har følgende spesialtrekk:

H/D 11-12: Spurtstrekk. Fra siste post til mål.
Dette gir grunnlag for **Grønn trøye – sponset av Johansen Trewarefabrikk**

H 13-14: Sprintstrekk. Mellom 8. og 9. post.
D 13-14: Sprintstrekk. Mellom 8. og 9. post.
Dette gir grunnlag for **Rød trøye – sponset av Visma Services AS**

H 15-16: Klatrestrekk. Mellom 12. og 13. post.
D 15-16: Klatrestrekk. Mellom 9. og 10. post.
Dette gir grunnlag for **Hvit trøye sponset av Graminor**

H 17-20: Utforstrekk. Mellom 7. og 8. post.
D 17-20: Utforstrekk. Mellom 4. og 5. post.
Dette gir grunnlag for **Oransje trøye – sponset av Statskog SF**

I finalen teller de 3 beste av 4 løp som grunnlag for jaktstarten. Det er den løperen i hver klasse med flest poeng sammenlagt som løper med gul ledertrøye i finalen.

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 vinnes til odel og eie etter finalen. Hver løper kan bare vinne en trøye.

Frukt og løperdrikke

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 dagen. Alle foreldre/sjåfører skal ta hånd om sine respektive løpere før og etter løpet.

Løpsledelse

Løpsleder: Ole Christian Sjøli

Løypelegger: Harald Brekke

Mjøs-O og Hamar OK ønsker alle en trivelig og spennende kveld med orientering!

