

Mjøso

inviterer til



ARIES -cupen



4. mai - Kortdistanse

25. mai - Mellomdistanse

1. juni - Fellesstart

24. august - Langdistanse

1. oktober - Jaktfinalen, sprint

ARIES
SPORTSWEAR

www.mjoso.com

Her er årets etapper



Mjøs-O er et samarbeid mellom ti orienteringsklubber i Mjøsa-regionen med hovedmål å få «Flere og mer aktive orienteringløpere under 20 år».

Sesongen 2005 startet vi opp med ungdomsarrangementet ARIES-cupen. ARIES-cupen ble av NOF kåret til «Årets nyskaping» samme år.

Cupen har også i år 5 konkurranser, inklusiv finalen. Alle løpene er intense onsdagsarrangement med seremoni før hvert løp klokken 17.30 og første start klokken 18.00.

Finalen går lørdag 1. oktober med seremoni kl 10.30 og første start kl 11.00. All premiering foregår etter finalen.

1. **Kortdistanse - Enkelstart - onsdag 4. mai**

Sted: Fiskerly (Brumunddal)

Kart: Storihlehagan

Løpsleder: Truls Johansen

Løypelegger: Jon-Anders Bordal

2. **Mellomdistanse - Enkelstart - onsdag 25. mai**

Sted: Lensbygda Idrettsplass

Kart: Lensbygda

Løpsleder: Sjur Gjestvang

Løypelegger: Svein Sølerød

3. **Mellomdistanse - Fellesstart - onsdag 1. juni**

Merket fra: Rv. 24 i nordenden av Harasjøen, ca.4 km sør for Gata

Kart: Harasjøstranda

Løpsleder: Kristian Narum

Løypelegger: Kjersti Narum

4. **Langdistanse - Enkeltstart - onsdag 24. august**

Sted: Reinsvoll

Kart: Flyplassen

Løpsleder: Bjørn Godager

Løypeleggere: Tommy Gullord og
Arnfinn Pedersen

5. **Sprint - Jaktstart - lørdag 1. oktober**

Sted: Rokosjøen sag

Kart:

Løpsleder: Kristian Storsveen

Løypelegger:



Klasser

N-Åpen (Nybegynnerløype)

Helt enkel løype for nye o-løpere, alle aldre.

Løypa blir lagt på nettet flere dager i forkant av løpet + blir kopiert opp til voksne som vil følge rundt

Deltakerpremie til alle med 4 løp.

C-Åpen (Litt vanskeligere løype)

Denne er for løpere som synes NÅpen blir for lett og de «rene» klassene blir for vanskelige, alle aldre.

Deltakerpremie til alle med 4 løp.

D 11-12 og H 11-12 år

Gul ledertrøye til den som leder cupen sammenlagt, tilfaller sammenlagt-vinneren til slutt.

Trøyesponsor:

Grønn spurtrøye, til den som løper fortest fra siste post og til mål, sammenlagt etter poengberegning.

Trøyesponsor:

Deltakerpremier til alle med 4 løp.

D 13-14 og H 13-14 år

Gul ledertrøye til den som leder cupen sammenlagt, tilfaller sammenlagt-vinneren til slutt, etter jaktstart i finalen.

Trøyesponsor:

Rød sprinttrøye, ett sprint-strekk i løypa (sees i postbeskrivelsen hvilket strekk det er), sammenlagt etter poengberegning.

Trøyesponsor:

Deltakerpremie til alle med 4 løp. Premie til de tre beste sammenlagt.

D 15-16 og H 15-16 år

Gul ledertrøye til den som leder cupen sammenlagt, tilfaller sammenlagt-vinneren til slutt, etter jaktstart i finalen.

Trøyesponsor:

Hvit klatretrøye, ett klatre-strekk i løypa (sees i postbeskrivelsen hvilket strekk det er), sammenlagt etter poengberegning.

Trøyesponsor:

Deltakerpremie til alle med 4 løp. Premie til de tre beste sammenlagt.

D 17-20 og H 17-20 år

Gul ledertrøye til den som leder cupen sammenlagt, tilfaller sammenlagt-vinneren til slutt, etter jaktstart i finalen.

Trøyesponsor: ARIES sportswear
Oransje utførtøye, ett utfor-strekk i løypa (sees i postbeskrivelsen hvilket strekk det er), sammenlagt etter poengberegning.

Trøyesponsor: Statskog

Deltakerpremie til alle med 4 løp. Premie til de tre beste sammenlagt.

Poengberegning trøyer

Gul ledertrøye

Deles ut til den som leder sammenlagt i hver klasse før hvert løp, og løpes med. Vinnes til odel og eie av totalvinneren etter Jaktfinalen. For å vinne den gule ledertrøya må en delta i finalen.

Poengberegning:

1. plass 30 poeng, 2. plass 27 poeng, 3. plass 24 poeng, 4. plass 22 poeng, 5. plass 20 poeng, 6. plass 19 poeng, 7. plass 18 poeng og deretter fratrukk på ett poeng for hver plass ned til 2 poeng for 23. plass.

Fra og med 24. plass gis 1 poeng til de med godkjent løp.

Foran avsluttende jaktstart, som er et sprint-løp, er ett poeng verdt 5 sekunder.

De tre beste løpene teller som grunnlag for jaktstarten i finaleløpet. Ved fire løp før finalen strykes det dårligste løpet.

Ved poenglikhet er plassering i Ariesfinalen avgjørende.

De som eventuelt ikke har løpt en Ariesetappe før finalen, starter på fellesstart 10 min etter første startende i sin klasse.

Spesialtrøyene (spurt-, sprint-, klatre- og utfor-trøye)

Det deles ut poeng for det aktuelle strekket etter poengskalaen: 1. plass 12 poeng, 2. plass 10 poeng, 3. plass 8 poeng, 4. plass 7 poeng og nedover til 9. plass som gir 2 poeng.

Fra og med 10. plass gis det 1 poeng for godkjent strekk forutsatt at løpet er godkjent.

De tre beste løpene teller som grunnlag for finalen. Ved poenglikhet er det plassering i finalen som teller.

Felles for alle klasser med trøyer: Hvis samme person vinner både gul trøye og spesialtrøye går spesialtrøya til nestemann på den resultatlista. Man må løpe finalen for å vinne en av trøyene til odel og eie. For å få poeng må løpet være godkjent, dette gjelder både leder- og spesialtrøye.

Lagkonkurransen

Det deles ut ett poeng til hver startende i hvert løp pluss to bonuspoeng for hvert medlem som har deltatt på alle løpene i ARIES-cupen. Den klubben med mest poeng etter siste løp vinner. Premien er en aktiv opplevelse, og avsløres etter Jaktfinalen. Vi gjør oppmerksom på at lagkonkurransen gjelder kun for Mjøs-O klubbene, men selve cupen er selvfølgelig åpen for løpere fra alle klubber.

Det er også i år satt opp en ekstrapremie som er en aktiv opplevelse til den klubben som har prosentvis størst økning i antall deltakelse fra 2009 til 2010, vi legger antall starter fra 2009 til grunn. Vi håper at dette kan være en inspirasjon til alle lagene for å få med flere deltagere.

Gavepremier

Gavepremier fra sponsorene trekkes blant alle de som har deltatt på alle løpene uavhengig av klasse. Alle løpere i alle klasser får deltakerpremie hvis man har startet i minst 4 løp. I klassene fra 13-20 får de tre beste sammenlagtpremier i tillegg til trøyene. All premieutdeling skjer på finaldagen.

Web-adresser:

www.mjoso.com

www.aries.mjoso.com

Resultater legges ut på denne ARIES-cupens hjemmeside så fort de er klare. Trøye-resultatene krever litt manuell regning så de bruker vi litt lengre tid på.

Kontaktinformasjon Mjøs-O:

Lone Sørlien Molstad
lone_molstad@hotmail.com
Mob: 467 96 760



Mjøs-O-klubbene med hjemmesideadresser:

Løten o-lag	www.lotenol.no
Vang o-lag	www.vangol.no
Elverum o-klubb	www.eok.no
Hamar o-klubb	www.hamarok.no
Ringsaker o-klubb	www.ringsaker-orientering.no
O-laget Vallset/Stange	www.vallset-stange.no
Lillehammer o-klubb	www.lillehammer-ok.no
Snertingdal IF Orientering	www.snertingdal-if.no
Gjø-Vard O-lag	www.gjovard.no
OL Toten-Troll	www.toten-troll.no

Påmelding

Påmeldingsfrist: mandagen før hvert løp, innen klokken 20.00.

Til finalen; fredag kl 20.00.

Siste frist etteranmelding 1 time før start.

Start

Klasse 11-12 individuell start i alle løp.

N-åpen start etter ønske. C-åpen starter med vanlig starttid.

Begge klasser får kart i lagsposen i tillegg til D/H 11-12.

Startkontingent pr. løp er kr 0,- (gratis)

Seremoni fra kl. 17.30, ca. 10 minutter med info om dagens løp, sponsorer, trøye-utdeling på podium etc. Første start kl. 18.00.

Lånebrikker og startnr.

Alle klubber sørger for at egne deltakere har løperbrikker, arrangørene ordner ikke lånebrikker. Skolebrikker kan ikke brukes.

Alle løpere plikter å bære startnummer.

Online påmelding

Gå inn på www.aries.mjoso.com, her legges det ut påmeldings-link for hvert enkelt løp.