



Innbydelse Sport8-sprintstafett

Søndag 16. august 2009

Vi gjentar den herlige sprintstafetten som ble så stor suksess under NM-sprint i fjor. Konseptet er videreutviklet og vi satser nå også på egen klasse for veteranene – for dette blir fantastisk gøy!

Arena

Skråvika i Stavern – samme arena som den årlige Stavernfestivalen, et velegnet sted for å skape en herlig atmosfære for vår Sport8-sprintstafett. Når du kommer, er det merket fra Stavern sentrum ved Statoilstasjonen. Parkering inne på området i Skråvika.

Tidsskjema

11:00 H40
11:05 D40
11:50 H17
11:55 D17
12:50 H13-16
12:55 D13-16
13:45 Premieutdeling alle klasser

Klasser og løyper

Klasser	Etappefordeling	Vinnertid totalt
H17	2 pr.lag/4 etapper	Totalt 44min (11*4)
D17	2 pr.lag/4 etapper	Totalt 44min (11*4)
H13-16	2 pr.lag/4 etapper	Totalt 40min (10*4)
D13-16	2 pr.lag/4 etapper	Totalt 40min (10*4)
H40	2 pr.lag/4 etapper	Totalt 40min (10*4)
D40	2 pr.lag/4 etapper	Totalt 40min (10*4)

Konsept

Stafetten gjennomføres ved at løper 1 har 1. og 3. etappe. Mens løper 2 har 2. og 4. etappe. Hver løper benytter kun 1 brikke på begge etapper! Det er meget viktig at alle løpere nuller brikken foran hver etappe, siden den skal benyttes 2 ganger.

Stafetten er for klubblag, men vi åpner for mixlag på tvers av klubber. Dette gjelder kun dersom klubbene ikke kan stille egne lag. Mixlagene kan ikke vinne premier.

Kart

Skråvika, med ulike utsnitt av sprintkartet Stavern. 1:4000 med 2m. ekv. Utgitt 2008 og revidert 2009. Digitaltrykk fra Konkylie Data.

Terreng

Terrenget er et varierende og godt sprintterreng med mange åpne og flotte parker, lettere flatt skogsterreng og svaberg med innslag av noen brattere koller – en herlig blanding som gir løperne ulike utfordringer underveis.

Bad og toalett

På sørsiden av arena finner du en flott strand og fine svaberg for bading etter løpet. Toaletter på arena.

Påmeldingsfrister

Påmelding gjøres klubbvis til Arne Dirdal arne@ikk.no innen onsdag 12.8. kl. 20:00. Det skal benyttes et eget påmeldingsskjema som lastes ned fra www.larvikok.no .

Etteranmelding inntil en time før kl 10:00 søndag.

Lagoppstillinger

Påmeldingsskjemaet benyttes også til lagoppstilling, og skal leveres i endelig versjon innen lørdag kl. 19:00. Kun endringer kan gjøres søndag morgen innen kl 10.00.

Startkontingenter (pr lag)

D/H 13-16: kr 210,-

D/H 21 og D/H40: kr 310,-

Etteranmelding og endringer etter ordinær påmeldingsfrist: Tillegg på 50 %

Klubbene etterfaktureres.

Premiering

Gavekort fra **Sport8**, og andre fine premier til "rene" klubblag.

Sportsalg

Sport8 har salg på arena søndag.

Kiosk

Kiosk med diverse varm og kald mat på arena.

Trening

Larvik OK tilbyr fortrening med våre faste utlagte økter. For tiden er dette 4 gode o-tekniske økter. Mer info finner du på www.larvikok.no (se menyvalget «Trening»). Porsgrunn OL har også ute egne NM-sprint-treninger (se www.porsgrunnol.no).

Pris pr treningskart: kr 30 pr kart/opplegg.

Bestilling sendes Per Olav Gulbrandsen, per-og@online.no, eller ring på 41 300 777.

Offentlig transport

Buss www.vkt.no rute 01 starter like ved arena i Skråvika i Stavern (Horten-Tønsberg-Sandefjord-Larvik-Stavern)
www.timeekspresen rute 14 går fra Stavern sentrum (Statoil) – Oslo S. Gangavstand (ca. 1 km til/fra arena)

NSB www.nsb.no med nærmeste stasjon Larvik, buss (rute 01) derfra til Stavern/Skråvika (Kysthospitalet)

Fly Nærmeste flyplass er Torp Lufthavn, Sandefjord www.torp.no med en rekke innenlandsruter.

Overnatting

Larviksdistriktet byr på mange gode overnattingsmuligheter. Du finner mange alternativer på www.visitlarvik.no.

Organisasjon

Løpsleder Per Olav Gulbrandsen, tlf 41300777, per-og@online.no
Løypelegger Per Olav Gulbrandsen
Speaker Jørn Sundby
EKT Arne K. Dirdal (arne@ikk.no) og Stig Lomme

Velkommen til en herlig sprintstafett i Larvik!