

PM

Sport8 – sprintstafett 16.august 2009

Velkommen til en ny Sport8-sprintstafett i Skråvika, Stavern. Dette er arenaen hvor Stavernfestivalen foregår hvert år. Vi har tro på at dette konseptet med 2-mannsstafett og 4 etapper, og håper dette kan bli et konsept Larvik OK kan bygge videre opp i årene framover. Vi har mange fine sprintområder og stor fokus på å lage kule opplegg og gode kart for sprint.

Adkomst og bevegelse NM-arenaen

Arena er Skråvika like utenfor Stavern. Adkomst er merket fra Stavern sentrum ved Statoilstasjonen. Parkering nær arena.

Klasser og løyper Sport8-sprintstafett

Klasse	Etappe	Løypelengde (km)	Løpsti (min.pr.etp.)	Starttidspunkt
H40	1/3	1,7-1,9	11-12	11:00
H40	2/4	1,7-1,9	11-12	
D40	1/3	1,6-1,7	12-13	11:05
D40	2/4	1,6-1,7	12-13	
H17	1/3	2,2-2,3	11-12	11:50
H17	2/4	2,2-2,3	11-12	
D17	1/3	1,7-1,9	11-12	11:55
D17	2/4	1,7-1,9	11-12	
H13-16	1/3	1,7-1,9	11-12	12:50
H13-16	2/4	1,7-1,9	11-12	
D13-16	1/3	1,6-1,7	11-12	12:55
D13-16	2/4	1,6-1,7	11-12	

Alle etapper og løyper er gafflet. Postene henger tett, så sjekk koder.

Kart

Løpskartet er i målestokk 1:5 000 med 2 meter ekvidistanse. Kartet er et utsnitt av sprintkartet Stavern, som ble utviklet til NM-sprint i fjor. Helge Gisholt har tegnet kartet, og er revidert av egne ressurser i forkant av denne stafetten. Vi digitaltrykker kartene hos Konkylie Data (NOF-godkjent).

Postbeskrivelser

Postbeskrivelser er kun trykket på løpskartene.

Terreng

Terrenget rundt Skråvika er meget variert og spennende. Det er mange flotte parkområder inne på Fredriksvern Verft, samt andre mindre parkområder underveis på løypene. Det er flere terrengpartier underveis med noe kupering med svabergpreg (bart fjell), og noe litt røffere partier med litt grønt. Vi har forsøkt å legge løypene, slik at gode løpstrasseer kan finnes. Dere kommer også i kontakt med offentlig vei. Her er det vakter som skal stanse trafikken.

Fordeling terreng:

20% asfalt, 30% grus og sti, 30% terreng og 20% park og gress

Løpsantrekk

I henhold til NOFs regler er klesvalg fritt i sprintkonkurranser. Vi anbefaler lange bukser siden en såpass stor andel går i skogen.

Lagoppstillinger stafett

Lagoppstillinger skal leveres på eget skjema (lastes ned fra www.larvikok.no) og mailes til arne@ikk.no **senest klokken 20.00** lørdag kveld.

Endringer av lagoppstillinger kan gjøres fram til kl. 10.00 på løpsdagen på en egen blankett som fås og leveres på løpskontoret på arena. (Gebyr kr. 50, pr. endring)

Lagsposer/startnummer

Startnummer for stafetten finnes i lagposen, som deles ut på løpskontoret på arena søndag morgen. Samme startnummer følger løperen på etappe 3 og 4.

I lagposen ligger også blanke backuplapper. Vi har ingen behov for info på disse backuplappene. Leveres kun inn dersom laget blir disket.

Oppvarming/nedjogging

Arenakartet i programmet viser området som kan benyttes til oppvarming og nedjogging. Det gjelder området som har kartdetaljer.

Start

Vi henviser her til Klasser og løyper-tabellen. Løperne slippes inn i startområdet i merket sluse, etter anvisning av startfunksjonær. Dette skjer 5 minutter før fellesstarten går. Den elektroniske brikken "nulles" ved inngang til startområdet. Starten foregår fra speaker.

Det er viktig at alle også nuller brikken sin foran sin andre etappe for dagen!

Passering

Vi har passering helt inne ved arena på de 2 første etappene av hver stafett. Dette er 2-3 min før veksling.

Trafikk/løypeinfo

Alle løyper krysser over en vei med noe trafikk 2 ganger. Vi har utplassert vakter ved passeringene av denne veien, slik at disse kan stoppe trafikken når det kommer løpere. Men vis allikevel aktsomhet ved passering.

Det kan være litt sporadisk trafikk inne på Fredriksvern Verft, men trolig lite problem for løperne. Portene inn/ut av leiren vil være åpne under stafetten.

Dere passerer videre over parken på Fredtun Folkeshøyskole. Der er det mye aktivitet denne søndagen, vis hensyn!

Så poengterer vi at olivengrønn farge (hage) er forbudt område for o-løpere. Vennligst respekter dette.

Vekslingsprosedyre

Inngående løper

Inngående løper springer gjennom mål og stempler på stemplingsenhet

Kartet leveres til funksjonær i innløpet.

Kart til etterfølgende løper tas fra kartopphenget på anvist plass.

Det er løperens ansvar å ta riktig kart.

Løper som eventuelt ikke finner sitt lags kart, tar kontakt med vekslingsfunksjonær.

Vekslingen foretas ved å overlevere kartet til ventende lagkamerat.

Følg deretter merkingen tilbake til brikkeavlesning i målteltet. Vi oppfordrer løpere til å holde rekkefølgen fram til brikkeavlesning. Om du så skal løpe en gang til, skal du på nytt inn i vekslingsfeltet og følge full prosedyre for "utgående løper".

Utgående løper

Den elektroniske brikken skal "nulles" ved inngang til vekslingsfeltet for hver etappe. Dette er viktig å huske.

Veksling utføres på anvist sted med kartoverlevering fra inngående løper.

Sjekk at du har fått riktig kart, løperen er selv ansvarlig for å ha riktig kart.

Løpere som løper med feil kart blir diskvalifisert.

Startrekanten er ved vekslingen.

Målgang Siste etappe på stafetten har stimpling rett etter mållinja.

Ved spurtoppgjør avgjør målfunksjonærer rekkefølgen ved passering av mållinja. Brystet først er avgjørende. Deretter går man videre i riktig rekkefølge til avlesning inne i målteltet.

Løpskart

Skal leveres inn ved passering av mållinjen og deles ut etter premieutdeling, ca. kl. 14.00.

Fellesstart

Speaker vil informere om fellesstart for lag som ligger langt bak. En eventuell omstart kan først skje når halvparten av lagene har kommet i mål.

Mix-lag

Vi åpner for mix-lag på tvers av klubbgrenser. Slike lag skal meldes på med begge klubbnavn. Gi beskjed i løpskontoret, dersom vi skal endre navn på klubb til mix-lag. Vi åpner også for å melde deg inn i en løperpool på løpskontoret lørdag, slik at vi kan hjelpe deg å finne en lagkamerat.

Mix-lag kan ikke få premie, men kommer med i den ordinære resultatlisten.

Diskede lag

Ved diskvalifikasjon av lag i stafetter skal arrangøren snarest mulig innkalle lagledelsen og informere om diskvalifikasjonsgrunnlaget. Hvis lagledelsen godtar avgjørelsen om diskvalifikasjon, eller en eventuell anke behandles med det resultat at den ikke tas til følge, skal laget trekkes ut av konkurransen. De gjenstående løpere på laget har anledning til å delta i en eventuell omstart (jfr. 11.7.4).

Premiering

Sport8 stiller med fine premier.

Seremoni

Premieseremoni for alle stafettklassene foregår i et naturlig platåsystem bak publikumsposten ca. 13.45.

Vask og toaletter på arena

Det er toaletter i Soldathjemmet (det store bygget nord for starten). Videre er det en "utedass" nede ved parkeringen, samt offentlig toalett i bygget mellom Soldathjemmet og Minnehallen. Se toalett plasseringene på arenakartet (punkt 7).

Vi henviser til sjøbad i Skråvika (på arena). Til info har ikke oljekatastrofen i Langesund nådd Skråvika.

Løpsleder/løypelegger

Per Olav Gulbrandsen

Arenasjef

Ole Edvard Hjortland

Speaker

Lars Fremstad

EKT

Arne K. Dirdal/Stig Lomme