

Norwegian Spring



6. – 7. april 2019



Halden SK og Sarpsborg OL innbyr til nasjonale løp med Vårstafetten og Vårspretten (mellomdistanse) lørdag 6. april og SOLrenningen (langdistanse) på søndag 7. april. Det er eliteklasser for juniorer og seniorer både lørdag og søndag.

FRAMMØTE:

Arena: Hornnes skole i Skjeberg (Skolebakken 5, 59.209007N, 11.193094E).
Merket fra E6 avkjørsel nr. 4 Solbergkrysset (Skjeberg/Fredrikstad).
Herfra ca. 2 km til parkering.

PARKERING:

På fast underlag begge dager. 1000 m å gå til arena. Parkeringsavgift på kr 25,- for helgen er i startavgift.

KART/TERRENG:

Hornnes sist revidert 2018 av Göran Olson. Målestokk 1:7.500/1:10.000/15.000, ekvidistanse 5 m.
Middels kupert Østfoldterreng med noe grøntområder. For det meste relativt lettløpt gran- og furuskog. Noe ny og gammel hogst. Terrenget ligger fra 60 til 110 moh. Terrenget har en del stier og veier. Se vedlagt gammelt kart over deler av området.

START:

Vårstafetten: Første ordinære start kl. 11.30, start på samlingsplass.

Vårspretten: Første ordinære start kl. 12.30

SOLrenningen: Første ordinære start kl. 10.00.

Stafett 11:30 – siste start 14:00

Alle N- og C-klasser har fristart lørdag fra kl. 12:30 og søndag fra kl. 10:00 og fram til siste ordinære start. N-åpen kan starte 1 time før første ordinære start og fram til siste ordinære start. N-åpen lørdag har ikke tidtaking, bare fullført/ikke fullført. Siste ordinære start er anslagsvis kl. 15:30 lørdag og kl. 14:30 søndag – se PM.

PREMIERING:

N-åpen og alle opp til D/H-12 har premier til alle. I klassene D/H 13-16 en tredel. I eliteklassene en åttendel. I øvrige klasser kun premie til vinneren. Ingen premiering i direkteklasser.

DUSJ:

Det er gode dusjmuligheter i tilknytning til skolens gymsal. Det vil bli merket på arena.

BARNEPARKERING:

Gratis, åpen for barn over 2 år.

SMÅTROLL:

Begge dager. Kr. 30 pr dag.

PÅMELDING OG ETTERANMELDING:

Påmelding : Via Eventor, med ordinær frist tirsdag 26. mars kl. 23:59. Etteranmelding mulig i Eventor frem til mandag 1. april kl 23:59. Følg link fra løpets [hjemmeside](#).

Etteranmelding: Ved å ringe 948 47 155 onsdag 3. eller torsdag 4. april kl. 18:00-20:00, forutsatt ledige startnummer/kart.

Direktepåmelding: På arena begge dager for Direkteklasser og N-åpen. Fri start.

Endringer: Endringer i brikkenummer, klubb eller klasse kan gjøres fritt i Eventor fram til påmeldingsfristens utløp. Etter dette vil endringer bli fakturert som etteranmelding. Slike endringer sendes på e-post til sekretariat@norwegianspring.no.

PÅMELDINGSKONTINGENT

Klasser	Påmeldingskontingent t.o.m 26. mars 2019	Etteranmeldingstillegg f.o.m. 27. mars 2019
Stafett		
D/H 13-16	360 kr	+50 %
D/H 11-12	360 kr	0
Individuelle løp		
D/H-12	125 kr	0
D/H 13-16	125 kr	+50 %
D/H17-	225 kr	+50 %
Eliteklasser	275 kr	+50 %
Direkteløyper	225 kr	

Startkontingenter for norske klubber vil bli fakturert etterskuddsvis til adresse oppgitt ved påmelding. Utenlandske klubber skal forhåndsbetale til norsk konto (eller til svensk konto). Innbetalinger gjøres til Norwegian Spring.

Norsk konto: Sarpsborg SpareBank1: 1030.09.64694 IBAN NO7610300964694 BIC-adresse: SPTRNO22

Svensk konto: Bankgirot 5365 2681

KVITTERINGSSYSTEM:

Alle løpere benytter EMIT-brikker. Ikke mulig å leie brikke for norske løpere. Et begrenset antall leiebrikker er tilgjengelig for løpere for utenlandske klubber, avgift kr 50 pr dag.

KLASSER, LØYPELENGDER, NIVÅ OG KARTMÅLESTOKK

VÅRSPRETTE – MELLOMDISTANSE - LØRDAG

Klasse	Lengde	Nivå	Målestokk	Klasse	Lengde	Nivå	Målestokk
N-åpen	1,9	N	1:7500	H17-N	1,9	N	1:10.000
D17-N	1,9	N	1:10.000	H-10	1,9	C	1:10.000
D-10	1,9	C	1:10.000	H17-B	2,7	B	1:10.000
D17-B	2,7	B	1:10.000	H17-C	2,2	C	1:10.000
D17-C	2,2	C	1:10.000	H17-	5,0	A	1:10.000
D17-	3,6	A	1:10.000	H35-	4,6	A	1:10.000
D35-	3,6	A	1:10.000	H40-	4,5	A	1:10.000
D40-	3,6	A	1:10.000	H45-	4,4	A	1:10.000
D45-	3,4	A	1:10.000	H50-	4,2	A	1:7500
D50-	2,9	A	1:7500	H55-	4,1	A	1:7500
D55-	2,5	A	1:7500	H60-	3,2	A	1:7500
D60-	2,0	A	1:7500	H65-	2,7	A	1:7500
D65-	2,0	A	1:7500	H70-	2,5	A	1:7500
D70-	2,0	A	1:7500	H75-	2,0	A	1:7500
D75-	2,0	A	1:7500	H80-	2,0	A	1:7500
D80-	2,0	A	1:7500	H85-	2,0	A	1:7500
D85-	2,0	A	1:7500	H17-18E	4,8	A	1:10.000
D17-18E	3,5	A	1:10.000	H19-20E	5,0	A	1:10.000
D19-20E	4,0	A	1:10.000	H21E	6,0	A	1:10.000
D21E	5,0	A	1:10.000				
Direkte C	2,2	C	1:10.000				
Direkte B	2,7	B	1:10.000				
Direkte A	4,6	A	1:10.000				

Justeringer av løypelengder vil forekomme. Arrangørene forbeholder seg retten til å slå sammen klasser ved liten deltagelse.

SOLRENNINGEN – LANGDISTANSE - SØNDAG

Klasse	Lengde	Nivå	Målestokk	Klasse	Lengde	Nivå	Målestokk
N-åpen	2,5	N	1:7.500				
D-10	2,8	N/C	1:10.000	H-10	2,8	N/C	1:10.000
D11-12	2,7	C	1:10.000	H11-12	2,7	C	1:10.000
D11-12N	2,6	N	1:10.000	H11-12N	2,6	N	1:10.000
D-13	3,7	B	1:10.000	H-13	3,7	B	1:10.000
D-14	3,7	B	1:10.000	H-14	4,3	B	1:10.000
D-15	4,4	A	1:10.000	H-15	5,6	A	1:10.000
D-16	4,4	A	1:10.000	H-16	5,6	A	1:10.000
D13-16N	2,6	N	1:10.000	H13-16N	2,6	N	1:10.000
D13-16C	2,9	C	1:10.000	H13-16C	2,9	C	1:10.000
D15-16B	3,7	B	1:10.000	H15-16B	4,3	B	1:10.000
D17-B	4,0	B	1:10.000	H17-B	4,0	B	1:10.000
D17-AL	6,4	A	1:10.000	H17-AL	7,4	A	1:10.000
D17-AK	4,3	A	1:10.000	H17-AK	5,7	A	1:10.000
D17-N	2,6	N	1:10.000	H17-N	2,6	N	1:10.000

D17-C	2,9	C	1:10.000	H17-C	2,9	C	1:10.000
D17-18E	6,3	A	1:15.000	H17-18E	8,1	A	1:15.000
D19-20E	7,1	A	1:15.000	H19-20E	10,1	A	1:15.000
D21E	9,2	A	1:15.000	H21E	13,0	A	1:15.000
D35-	5,2	A	1:10.000	H35-	7,4	A	1:10.000
D40-	5,2	A	1:10.000	H40-	7,4	A	1:10.000
D40-AK	3,7	A	1:10.000	H40-AK	4,3	A	1:10.000
D45-	5,2	A	1:10.000	H45-	6,9	A	1:10.000
D50-	4,4	A	1:10.000	H50-	6,4	A	1:10.000
D50-AK	3,3	A	1:7500	H50-AK	3,7	A	1:7500
D55-	3,7	A	1:7500	H55-	5,7	A	1:7500
D60-	3,3	A	1:7500	H60-	4,9	A	1:7500
D65-	3,3	A	1:7500	H65-	4,9	A	1:7500
D70-	3,3	A	1:7500	H70-	3,7	A	1:7500
D75-	3,3	A	1:7500	H75-	3,3	A	1:7500
D80-	2,6	A	1:7500	H80-	3,3	A	1:7500
D85-	2,6	A	1:7500	H85-	3,3	A	1:7500
DIR C	3,0	C	1:10.000				
DIR B	3,7	B	1:10.000				
DIR AK	4,1	A	1:10.000				
DIR AL	6,3	A	1:10.000				

Justeringer av løypelengder vil forekomme. Arrangørene forbeholder seg retten til å slå sammen klasser ved liten deltagelse.

VÅRSTAFETTEN – STAFETT - LØRDAG

Klasse	Etapper	Lengde	Nivå	Målestokk
D11-12	2	2,8 (1)	C	1:10.000
H11 12	2	2,8 (1)	C	1:10.000
D13-16	3	Etappe 1 og 3: ca 3,7 km, B-nivå og gaflet. Etappe 2: 2,8 km, C-nivå ikke gaflet. (2)	B-C-B	1:10.000
D13-16	3	Etappe 1 og 3: ca 3,7 km, B-nivå og gaflet. Etappe 2: 2,8 km, C-nivå ikke gaflet. (2)	B-C-B	1:10.000

(1) 11-12 årsklassen er ikke gaflet. På begge etapper kan laget stille med inntil 3 løpere.

(2) På 2. etappe kan laget stille med inntil 3 løpere.

Forklaring på de ulike nivåene:

N-løyper har ett opplagt veivalg langs sammenhengende ledelinjer som vei, sti, bekk og gjerde. Alle postene kan sees fra ledelinjene.

C-løyper følger stort sett ledelinjer, men enkelt steder forventes løperne å forlate ledelinjene. Det kan finnes veivalgsmuligheter.

B-løypene krever kort finorientering inn mot posten og forståelse av høydekurver.

A-løypene er de mest krevende og alle orienteringsteknikker bør beherskes.

TRENINGSOPPLEGG:

Se informasjon for WOC 2019 treningsopplegg her: <https://woc2019.no/en/trainings>

OVERNATTING:

Det finnes en rekke overnattingsmuligheter i området. Mer detaljert informasjon vil bli lagt ut på løpets hjemmeside.

LØPSLEDELSE:

Løpsleder: Jon Roar Odden - info@norwegianspring.no

Løypeleggere: Stian Jensen – Vårspretten

Tormod Jensen – Vårstafetten

Stein Juliussen – SOLrenningen

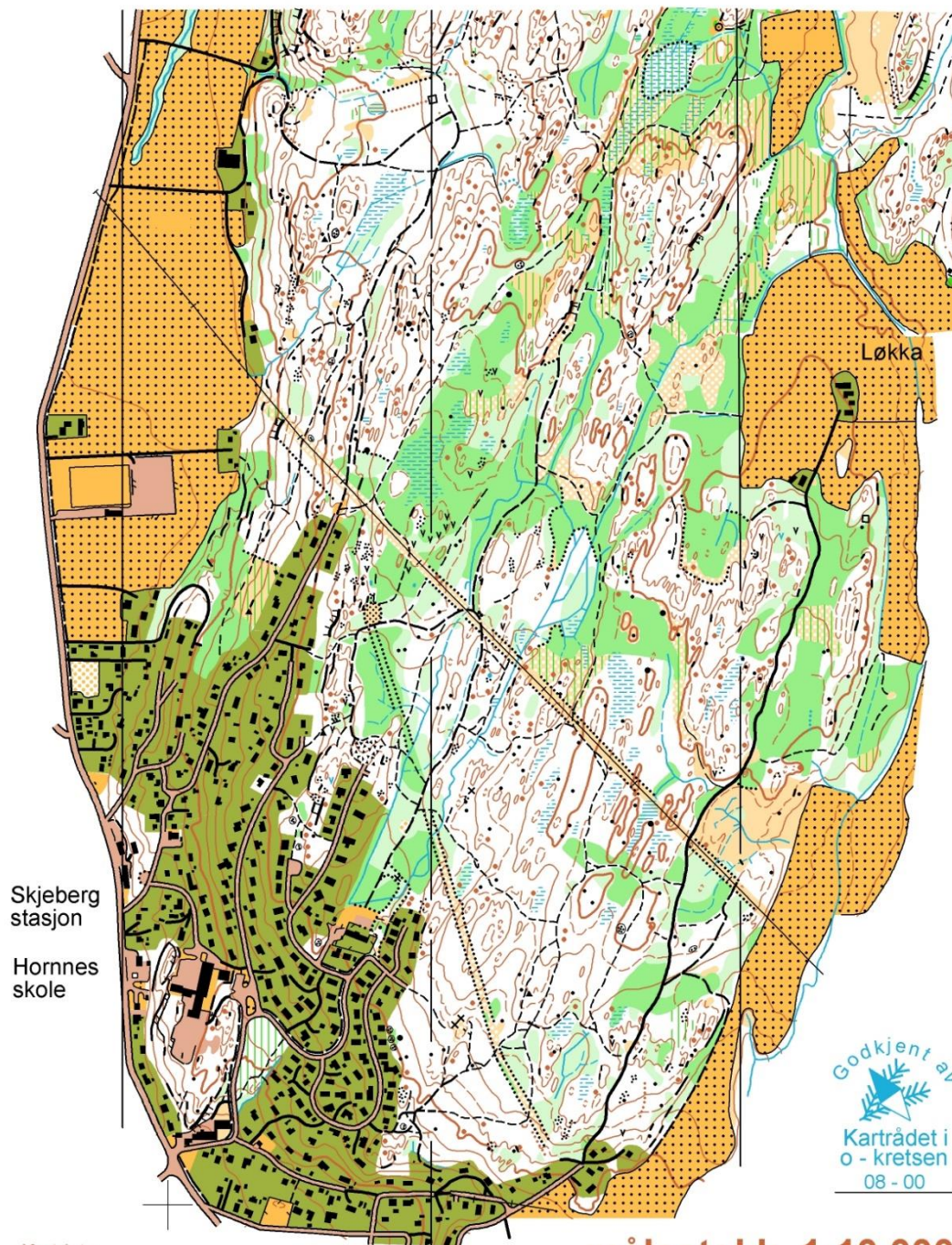
Kontrollører: Bent Olav Aamodt

Sture Ottesen

Velkommen!

HORNNES SKOLE

SARPSBORG O-LAG



Skjeberg stasjon
Hornnes skole

Godkjent av

Kartrådet i
O - kretsen
08 - 00

Kartdata
Kartgrunnlag Kart fra 1976
Synfaring Vidar Ydse
Digital rentegning Tormod Jensen
Trykk LUCHS kart & trykk

målestokk 1:10 000
ekvidistanse 5m
utgitt 2000

