



PM

KLUBBMESTERSKAP BSK ORIENTERING (NY DATO!)

Velkommen til det tradisjonsrike klubbmesterskapet i BSK, som i år arrangeres fra Lillomarka arena lørdag 28. oktober 2023. Dette er et arrangement hvor vi samler hele klubben, fra råtasser via elite til våre eldre. Etter løpet samles vi til felles varm lunch og premieutdeling på Lillomarka arena.

Sted:

Lillomarka arena (google maps: <https://maps.app.goo.gl/2QSD6XqmedDv36MG9>). Ca 20 min kjøring fra Bækkelaget, godt med parkeringsplasser ved Badedammen utfartsparkering. Eventuelt kollektivt til Grorud T og derfra ca 1,4 km gange.

Tid:

Oppmøte fra kl 10:30 lørdag 28. oktober.

Det blir som vanlig jaktstart etter TrulsKvaase-metoden i A-løypa med forventet målgang for samtlige jaktstartløpere kl 12:45 Første start i jaktstarten er kl ca. 11:00

For alle andre klaser enn jaktstart A er det fri start mellom 11:00 og 12:00.

Klasser og løypelengder:

Løypene er som følger:

- Lang A: 5,1 km
- Kort A/B-nivå 2,7 km
- Kort C-nivå: 2,2 km
- Kort N-nivå: 1,5 km

Kart og terreng: Vi låner Lillomarka OL sitt kart «Lillomarka», revidert 2022, 1:7500, 5m.

Postene er plassert kledelig lavt i det høstfargede terrenget.

Stemplingssystem:

Vanlige EMIT-brikker. De som ikke er påmeldt med egen brikke har fått tildelt en lånebrikke som hentes i målteltet før start. Dersom du ønsker å komme med på resultatlista så passer du på å bruke riktig brikke ift det som er oppgitt på startlista.

Postene ligger tett, sjekk koder!

Start:

Det er ca. 300 meter å gå til start. (Start er i hjørnet av badedammen ved parkeringsplassen øst for arenaen).

Det er løse postbeskrivelser å få på start. Merk at i jaktstartløypa er det som vanlig sjukt mange poster, så ta med en stor postbeskrivelseholder om du ønsker å få plass til hele postbeskrivelsen.

C- og N-løypa kan hente sine kart før start. A- og B-løypa får sine kart i startøyeblikket.

Jaktstartløpere stiller seg opp på start i korrekt rekkefølge i god tid før starttiden sin.

Terreng: Løypene går gjennom flott og teknisk utfordrende terreng. Området nærmest Lillomarka arena har mange stier, både store og små, og benyttes hyppig av gående. Noen mindre stier er kanskje ikke markert på kartet. **VIKTIG: De kortere løypene for de yngre løperne avsluttes inne i skiløypene i Lillomarka-området. På denne tiden av året blir løypene mye brukt av rulleskiløpere. DET ER IKKE TILLATT Å LØPE PÅ RULLESKILØYPE-TRASEENE, men i stedet må du løpe ved siden av dem. Hvis du må krysse dem, vennligst vær oppmerksom, da vi ikke ønsker noen uhell med rulleskiløpere.**

Mål:

Løpstiden din stopper ved stemping på målenhet som står plassert på målstreken. Det vil kun være 1 stemplingsenhet og i jaktstarten vinner den løperen som først legger brikkene si i sporet på denne. Bli det spurtoppgjør gjelder det å ha kontroll på stempingsteknikken. Truls er måldommer, ingen diskusjon.

Og husk å lese av brikkene di på mål-PC etter at du har stemplet på målposten så vi får registrert deg i mål!

Toaletter og dusj:

Toaletter på Lillomarka Arenahuset. Forbudt med piggsko inne.

Det er to små dusjrom med to dusjer i hver. Så dusj for de som ønsker inne på Lillomarka Arenahuset umiddelbart etter målgang.

Ta av deg gjørmete plagg/sokker/all sko ute så blir det mindre å vaske. 100% Forbudt med piggsko inne. Vær kjapp i dusjen, lunchen blir servert kl 13:00 Vedr.

jaktstarten i A-løypa:

Truls Kvaase beregner som alltid hver enkelt løpers beregnede kilometertid basert på resultater man har oppnådd i konkurranser i år. Unormalt svake prestasjoner vektlegges lite sammenliknet med løpers normalnivå. Har man ingen resultater fra i år skjønnes man inn basert på tidligere års prestasjoner. Starlisten settes så opp med mål om at samtlige løpere skal komme samtidig i mål kl 12:30 om alle bare løper på sitt normale prestasjonsnivå. Førstemann i mål med godkjent stemping er årets klubbmester – det kan bli hvem som helst!

Resultater:

Det vil bli forsøk på live resultatservice på denne linken: <https://liveres.live>

I jaktstartløypa kan det også var plassert ut to meldeposter

I N-løypa er det ikke fokus på tider, og resultater vil kun bli markert med «fullført».

Tippekonsurransse:

Som tidligere år arrangeres det en tippekonsurransse for jaktstarten. Tippetkjemaer finnes på nettsiden og til utdeling på samlingsplass. Skjemaer må leveres inn til Truls før kl 11:30.

Lunch: Klokken 13:00 blir det servert varm lunch inne eller rette utanfor Lillomarka arenahuset. Til dessert blir det bolle og kaffe. Fint om alle kan prøve å være klare til mat kl 13:00, da vi er ferdige till 14:30 og kan vaske ferdig til 15:00.

Det finnes alternativer for de som i påmelding har oppgitt ønske om vegan/vegetar.

O-gruppa spanderer mat på alle aktive medlemmer.

Foreldre og støttemedlemmer bes vippe klubben kostpris for mat kr 50,- til vippsnr 603430. Takk for støtten.

Premieutdeling:

Etter lunch blir det premieutdeling. Premie til alle råtasser.

Vinner av jaktstartklassen får låne den jeve Klubbkanna i et år som tegn på at man er regjerende klubbmester.

Det deles også ut vandrepokal Sølvdobla II til den ungdomsløper 13-16 år som har utmerket seg mest gjennom året, det være seg gjennom sportslige resultater, utvikling og innsats.

Til slutt blir det delt ut gavekort til den løperen i klubben som har levert den største sportslige prestasjonen i 2022, samt resultater fra tippekonsurransen.

Arrangører: Løpsleder: Nicolas Simonin, Løypelegger: Truls Kvaase

Vi ønsker alle deltakere lykke til!