



## Larvik OK og Sandefjord OK inviterer til Vestfold 2-dagers 2019

**Fredag 29. mars:** Natløp – Marum, Sandefjord  
**Lørdag 30. mars:** Mellomdistanse – Østerøya, Sandefjord  
**Søndag 31. mars:** Mellomdistanse – Helgeroa, Larvik

### Klasser og løyper (lørdag og søndag)

Løype-nummer	Nivå	Klasser	Målestokk	Lengde (km)	
				Sandefjord	Larvik
1	A	H21, H17-20	1:7500	5,5	4,5
2	A	H15-16, D17-20, D21, H40	1:7500	4,8	4,0
3	A	D15-16, H17AK, H45	1:7500	4,3	3,5
4	A	H50, H55	1:5000	4,2	3,4
5	A	D17AK, D40, D45, A-åpen	1:7500	3,8	3,3
6	A	D50, D55, H60, H65	1:5000	3,7	3,1
7	B	H13-14, H15-16B, H17B, B-åpen	1:7500	3,0	3,0
8	B	D13-14, D15-16B, D17B	1:7500	2,8	2,8
9	A	D60, D65, H70, H75	1:5000	2,6	2,7
10	A	D70, D75, H80, H85	1:5000	2,6	2,6
11	C	D13-16C, D17C, H13-16C, H17C, C-åpen	1:7500	3,0	2,5
12	C	D11-12, H11-12	1:7500	3,0	2,4
13	N	D13-16N, D17N, H13-16N, H17N	1:7500	2,8	2,3
14	N	D11-12N, H11-12N, D-10, H-10	1:7500	2,5	2,0
15	N	N-åpen	1:7500	2,0	1,8

Dersom du er usikker på hvilken løype som passer for deg, anbefaler vi at du tar en titt på [NOFs egen beskrivelse](#) av riktige nivåer for løyper til barn og ungdom.



## Fredag 29. mars – nattløp (Sandefjord)

Sandefjord OK arrangerer nattløp i Marum, like sørvest for Sandefjord by, fredag kl. 19.30. Løypelengder og vanskelighetsgrad for junior- og seniorklassene er tilpasset de som skal løpe NM Natt (12. april) og Tiomila (27.–28. april). Fellesstart og gafling i de lengste løypene. Det tilbys også løyper for øvrige aldersgrupper og nivåer. Se egen invitasjon i Eventor for mer informasjon om nattløpet.

## Lørdag 30. mars – mellomdistanse (Sandefjord)

<b>Arena</b>	Skjellvika badestrand. Det er gangavstand fra Strand Leirsted og Gjestegård, Østerøyveien 233. Atkomst nordfra: Merket fra fylkesvei 305 ved den nordre innfarten til Sandefjord. Deretter Ringveien, Heimdalveien og Østerøyveien. Barnevogn- og sykkelvennlig. Arena ligger ved sjøen.
<b>Parkering</b>	Etter anvisning ved henholdsvis Skjellvika og Strand Leirsted og Gjestegård. Ingen parkeringsavgift. Inntil 1000 meter å gå til arena.
<b>Start</b>	Første ordinære start er kl. 13.00. Løpere i åpne klasser kan starte fra kl. 12.00. Det er ca.1000 meter til start.
<b>Kart</b>	Østerøya. Kartet er utgitt i 2014, korrigert i 2018/2019. Målestokk 1:7500, og 5 meter ekvidistanse. Klassene for aldersgruppen 50 år og eldre har kart i målestokk 1:5000. For informasjon om løyper og klasser; se tabell ovenfor.
<b>Terreng</b>	Østerøya og løpsterrenget er et flott, kystnært turområde. Her er det flere populære badestrender, deriblant Skjellvika hvor arena vil være. Terrenget er kupert, men likevel relativt lettløpt. Det har en god del stier og veier til hyttene, men også fine detaljrike furukledde kolleformasjoner, svaberg og strender.
<b>Løpsledere</b>	Knut Gjone (909 73 972, knut@gjone.info) og Arne Håkon Jørgensen
<b>Løypeleggere</b>	Kine Gulliksen og Gullik Gulliksen
<b>Tidtaking</b>	Roger Høksnes
<b>Teknisk delegert</b>	Ole Petter Ruud (ole.petter.ruud@gmail.com)



## Søndag 31. mars – mellomdistanse (Larvik)

<b>Arena</b>	<p>Åros ved Helgeroa.</p> <p>Atkomst fra nord: Det vil være merket fra Farriseidet (fylkesvei 302) etter avkjøring fra E18 ved Farris/Farrisbrua. Følg fylkesvei 302 (Brunlanesveien) mot Helgeroa. Kjøretid fra Farriseidet til parkering på Åros er 15–20 minutter.</p> <p>Atkomst fra sør/vest: Det vil være merket fra krysset Mørjevegen/Langangsvegen, ca. 700 meter sør for E18-avkjøringen ved Langangen. Følg fylkesvei 60 gjennom Tvedalen (ca. 10 km) fram til avkjøring like vest for arena. Deretter ca. 500 meter fram til Åros.</p>
<b>Parkering</b>	<p>Etter anvisning. Parkering på anviste plasser i nærheten av arena. Ingen parkeringsavgift. Inntil 500 meter å gå til arena. Barnevogn- og sykkelvennlig.</p>
<b>Start</b>	<p>Første ordinære start er kl. 11.00. Løpere i åpne klasser kan starte fra kl. 10.00. Det er ca. 1000 meter til start.</p>
<b>Kart</b>	<p>Dolviskauen (utgitt i 2015). Målestokk 1:7500, og 5 meter ekvidistanse. Klassene for aldersgruppen 50 år og eldre har kart i målestokk 1:5000. For informasjon om løyper og klasser; se tabell ovenfor.</p>
<b>Terreng</b>	<p>I Dolviskauen er det et svært variert skogsterreng. Det veksler mellom skrålier med store steiner, til grovkuperte furuåser, flate myrer og raviner. Løpbarheten varierer med hensyn på kupering, underlag og type skog. Det er enkelte stier og veier.</p>
<b>Løpsleder</b>	<p>Jørgen Frøyd (916 93 598, froeyd@hotmail.com)</p>
<b>Løypelegger</b>	<p>Kåre Torbjørnsen</p>
<b>Tidtaking</b>	<p>Tom Kristensen (951 61 107, 2mkristensen@gmail.com)</p>
<b>Teknisk delegert</b>	<p>Ole Petter Ruud (ole.petter.ruud@gmail.com)</p>

## Felles for begge løpene

**Klasser og løyper** Det tas forbehold om sammenslåing av klasser ved lav deltakelse. Begge dager er det mellomdistanse på



programmet. Endelige løypelengder kan avvike noe fra løypelengdene i denne innbydelsen. Vinnertider i de lengste løypene vil være 35–40 minutter.

- Snøforbehold** Ved mye snø i terrengene kan løpene bli flyttet til urbane strøk. I så fall vil det bli gjennomført gate-/sprintorientering. Nærmere informasjon gis etter hvert.
- Lagsposer** Informasjon til klubb/løper fås på løpskontoret på arena begge dager.
- Påmelding** Påmelding gjøres i Eventor (<http://eventor.orientering.no/Events>) med frist tirsdag 26. mars 2019. Etteranmelding kan gjøres på arena fram til 1 time før første start (det vil si lørdag før kl. 12.00, og søndag før kl. 10.00). Merk at det er to separate løp, slik at det må foretas påmelding til hvert løp hvis man skal delta begge dager.
- Etteranmeldingsfrist** Dag 1: I Eventor innen torsdag 28. mars 2019; deretter kun på løpsarena, senest 1 time før første start i ordinære klasser.  
Dag 2: I Eventor innen lørdag 30. mars 2019 kl. 21; deretter kun på løpsarena, senest 1 time før første start i ordinære klasser.
- Åpne klasser** Påmelding kan gjøres på arena om ønskelig. Klassene er også åpne for personer uten klubbtilhørighet mot kontant betaling ved påmelding.
- Startkontingent** Startkontingenter per løp:

Klasser	Ordinær pris	Etteranmeldingsgebyr	Totalpris med etteranmelding	Eventuell Brikkeleie
D/H-12, N-åpen	90,-	0,-	90,-	0,-
D/H-16	90,-	45,-	135,-	30,-
D/H17-	160,-	80,-	240,-	30,-
A-åpen, B-åpen, C-åpen	160,-	0,-	160,-	0,-

- Brikkeleie** Kr 30,-. Kun begrenset antall forbeholdt yngre løpere. (Brikken erstattes av løperen i sin helhet ved tap eller skade.)
- Betaling** Klubbene etterfaktureres. Løpere i åpne klasser uten klubbtilhørighet betaler kontant på arena før start.



<b>Starttider</b>	Det er fleksibel starttid for alle N-klasser og åpne klasser. For alle andre klasser; se startliste som publiseres i Eventor senest dagen før løpet.
<b>Premiering</b>	Premie til alle i N-åpen og klassene til og med 12 år. I alle klasser mellom 13 og 16 år, blir det premie til beste 1/3. I klasser 17 år og eldre, er det premie til vinneren. I A-åpen, B-åpen og C-åpen er det premie til vinneren.
<b>Informasjon</b>	PM, start- og resultatlister med mere legges ut på arrangørens websider eller med lenker derfra. I tillegg legges det ut informasjon på V2Ds Facebook-side.
<b>Småttroll</b>	På arena. Kroner 30,-.
<b>Barneparkering</b>	På arena. Gratis.
<b>Kiosk</b>	Diverse varm og kald mat og drikke selges på arena. Det er mulig å betale med Vipps og bank-/kredittkort.
<b>Sportsbutikk</b>	Sport8 ( <a href="http://www.sport8.no">www.sport8.no</a> ) har salg av o-utstyr og mye tilbehør på arena både lørdag og søndag.
<b>Presse og informasjon</b>	Jørgen Frøyd (916 93 598, <a href="mailto:froeyd@hotmail.com">froeyd@hotmail.com</a> ) og Knut Gjone (909 73 972, <a href="mailto:knut@gjone.info">knut@gjone.info</a> )
<b>Treningsopplegg</b>	Larvik OK vil sannsynligvis kunne tilby treningsøkter på kart (snøforbehold). Se nærmere informasjon på klubbens hjemmeside etter hvert.
<b>Overnatting</b>	Vi har reservert hele Strand Leirsted og Gjestegård som et overnattingsted til Vestfold 2-dagers. Vi mener stedet egner seg perfekt for dere som har lyst til å benytte helgen til en klubbtur. Det ligger i gangavstand fra lørdagens løp. Se <a href="http://www.facebook.com/vestfold2d/">http://www.facebook.com/vestfold2d/</a> for mer informasjon. Booking gjøres til <a href="mailto:strand@normisjon.no">strand@normisjon.no</a> .  Det finnes også en lang rekke andre overnattingstilbud i Larvik og Sandefjord. Informasjon finnes blant annet her: Larvik: <a href="https://www.visitvestfold.com/no/larvik/overnatting/">https://www.visitvestfold.com/no/larvik/overnatting/</a> Sandefjord: <a href="http://www.visitsandefjord.com/overnatting">http://www.visitsandefjord.com/overnatting</a>

