**INSTRUKS FOR TYRITREFFEN 2019**

Karusell med Modum O-lag, Ringerike O-lag Fossekallen og Hadeland O-lag

**Kontaktpersoner**

Kari Strande, e-post: kar-st@online.no tlf 90996515 og

Ringerike: Karen Backe Langum: karen.langum@gmail.com tlf 48198058

Fossekallen: Marit Helene Tønnessen: mahekje@online.no tlf 92291833

Modum: Jens Kristian Kopland: jens@pwt.no 95050980

Hadeland: Einar Teslo: einar.teslo@hadeland-energi.net 90193591

********

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Dato** | Arrangør | **Terreng** | **Starttid** |
| Man 22.04 | Fossekallen  | Hensmoen | 14:00 - 16:00 |
| Ons 01.05 | Fossekallen | Åsa (Vegård) | 14:00 – 16:00 |
| Tors 09.05 | Ringerike O-lag | Eggemoen | 18:00 - 19:00 |
| Tors 23.05 | Ringerike O-lag | Damtjern | 18:00 - 19:00 |
| Tors 06.06 | Modum O-lag | Langsjølia/Rolia | 18:00 – 19:00 |
| Tors 13.06 | Modum O-lag | Flannumsmarka | 18:00 – 19:00 |
| Tors 22.08 | Hadeland O-lag | Bruvoll | 18:00 – 19:00 |
| Tors 29.08 | Hadeland O-lag | Svea Sportshytte | 18:00 - 19:00 |
| Tors 05.09 | Modum O-lag  | Finnerud | 18:00 – 19:00 |
| Tors 12.09 | Fossekallen | Aklangen | 18:00 - 19:00 |
| Tors 19.09 | Ringerike O-lag | Randsvangen | 18:00 - 19:00 |
| Lør 28.09 | Ringerike O-lag | Kleivstua | 14:00 fellesstart |

Løpsleder/Løypelegger må ordne nødvendig hjelp til arrangementet. 2-4 personer skulle være tilstrekkelig. En til påmelding og salg av kart (og brus, kaffe, kake), en ved mål og en for generell veiledning - særlig for nybegynnere. Det skal være ferdig påtegnede kart for nybegynnerne.

Hver arrangørklubb sørger for å legge inn arrangementet med avmerking av samlingsplass i eventor og laster opp resultater. ROL genererer sammenlagtresultater på bakgrunn av dette. ROL lager også en egen side for karusellen under sine hjemmesider.

**2.)Annonse i Ringerikes blad ( evt i relevante aviser på Hadeland og Modum)**

**O-karusellen Tyritreffen**

**Løp nr XX. Dato XX.XX**

**Frammøteplass: XXXXXXX**

**Merket fra (hvis nødvendig)**

**Starttid: 18.00 til 19.00 (14 – 16 for 2.påskedag og 1. mai) )**

**Påmelding ved start**

**www.ringerike-o-lag.no**

Annonsen bør stå på sportssidene i avisa 1 dag før løpet. Da må den ringes inn eller sendes på epost før kl 10 fredag i uka før annonsen skal stå. (obs avvik for 2. påskedag og 1. mai) Epostadresse til Ringerike Blad er salg@ringblad.no. Det skal opplyses om at Ringerikes blad støtter annonsen

For fellesstartløpet 28. sept. skrives: " **Fellesstart 18.00**" og " **Påmelding ved start innen 17.45**"**.**

**3.) Løypelengder og klasser**

Følgende løypelengder, vanskelighetsgrad (nivå) og klasser gjelder i utgangspunktet.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Løypelengde  | Nivå  | Klasser  |
| 1,5 km  | N  | N - Åpen  |
| 2,0 km  | B  | D2, H2, D-12, H-12, |
| 4,0 km | A | D4, H4, D13-16, H13-16 |
| 6,0 km  | A  | D6, H6,  |

**4.) Arrangementet**

Startkontingent: D/H 21 - Kr. 40,- barn og studenter gratis

Løperne bruker EKT brikke. For klubbenes løpere er lån gratis, for voksne løpere fra andre klubber tar vi kr 20,- i lån pr løp. Samme brikke bør ikke brukes av flere løpere – da det gir kluss i resultatsystemet.

Det klargjøres påmeldingsliste. (Mal ligger på ROLs hjemmeside under karusellfanen) Her føres opp navn, klubb, brikkenummer og klasse/løype. Løperne betaler startkontingent og får kart og plastlomme (oppfordres til gjenbruk av plastlommer).

 Det praktiseres "selvbetjening" ved start. Det er derfor ikke noe opprop, men arrangøren kan ha en person ved start for å se til at alt går greit for seg. Det skal normalt være forhåndspåtegnede løyper som ligger til selvbetjening ved start. Nybegynnerne i løype 1.5 km får alltid ferdig påtegnede kart ved påmelding. Løperne starter etter hvert som de er klare til start.

Når løperen kommer i mål leses EKT brikken av på mini-time-recorderen og det kontrolleres for postkoder. Navn og anvendt tid noteres av arrangøren i løpende rekkefølge på egen liste ved avlesningen. Løperen får utskriften fra mini-time-recorderen. Eventuelle lånte brikker leveres tilbake.

Arrangøren av løpet sørger for at resultater lastes opp på eventor. Dette kan avtales med respektive klubbs ekt-ansvarlige.

Det deles ikke ut løperdrikke, men det bør være salg av drikke og kake.

**5.) Resultater**

Sammenlagtstatus genereres av Stig/Kari og legges ut på ROLs hjemmeside.

*Presseliste genereres til Ringerikes blad,* *sporten@ringblad.no*

**6.) Regler for poengtildeling og sammenlagtberegning**

Premiering: 1 til 3 premier sammenlagt i hver klasse avh av deltakelse.

De 8 beste løpene gir tellende poeng

Alle nybegynnere som deltar i minst seks løp blir premiert.

Alle til og med 20 år som fullfører minst åtte løp blir premiert

En løper kan velge forskjellige distanser fra løp til løp, men premieres kun i en distanse.

Poengskala fra vinner og nedover er som følger: 20-18-17-16-15 osv til 1. Alle som deltar i et løp får 1 poeng.

*Avslutningsløp 28.9 med fellesstart og sammenlagtpremiering etter løpet.*

**7.) Regnskap**

Mottatte penger for startkontingent og evt. salg av kake og drikke telles av to personer umiddelbart etter løpet. Det skrives et enkelt bilag som for ROLs løp leveres kasserer Brede Høybak Gundersen brede@fastmail.fm og pengene settes inn på ROLs konto: 2280.08.27268. Fossekallen, Modum og Hadeland setter inn pengene for sine arrangement på sine konto.

Det kreves inn en felles sum fra hver av klubbene til dekning av premier.

**Arrangøren må klargjøre**

Tillatelse fra grunneier til samlingsplass

Postutsetting med postflagg og EKT bukker.

Startposter (nullposter til start)

Ferdigtegna løyper til N-løpere - postbeskrivelser med ord (ikke symboler).

Ferdigtegna løyper i øvrige løyper, eventuelt klargjøring for løpernes egen avtegning ved start (2 oppslag av hver løype) Plater/underlag for påtegning av løyper

Kart og plastposer til kart.

Postbeskrivelser (ekstra til mål for kontroll av stempling)

Oppslag med nødvendig informasjon

Merkeband

Telt/presenning til påtegning og mål, hvis regn

Campingstoler og bord

Vekslepenger

Papir og skrivesaker

Hammer, spiker, øks og annen redskap

Brus/kaffe og kake for salg

Minitime-recordere som må lades før arrangementet

Back-up klokke - armbåndsur

NB. Lista er kanskje ikke fullstendig. Tenk sjøl.