

# HUSKELISTE FOR ARRANGØRER

---

## Løypelegging og kart

- Arrangører må huske å kontakte grunneiere i god tid før arrangement, på de kart hvor det er aktuelt å innhente grunneiers tillatelse for arrangement. Park- og idrettsetaten eller tilsvarende etat i kommunene må kontaktes og evt. søkes hos.
- Målestokk – husk vedtaket fra årsmøtet, målestokk skal være 1:5000 i løypene F, H, I, J og K, så fremt det lar seg gjøre. Og opplyst målestokk i innbydelse og PM må stemme med den endelige målestokk på kartet løpsdagen.
- Dersom kartet er tegnet i sprintnorm, er det egne regler for sprintnorm som gjelder på løpet. Fairplay-reglene må minnes om i innbydelse og i PM. Løpsantrekket skal allikevel være heldekkende.
- O-utvalget oppfordrer løypeleggere på det sterkeste til å bruke sperrebånd ute i løypene, på steder der det er sannsynlig at løpere vil bryte reglene. Enkelte steder kan det også være nødvendig å sette ut vakter for å stanse løpere som er i ferd med å løpe på forbudt område.
- Løypelegger må alltid fysisk ut i terrenget og sjekke aktuelle poster før endelige løyper tegnes. I tillegg må løypelegger alltid bruke en kontrollør ved utsetting av postene, for å påse at alle postene er riktig plassert i terrenget.
- Løypeleggere frarådes å legge strekk over farlige områder, eksempelvis over farlig myr. Dette for å unngå at løpere som bevisst bryter reglene, eller løpere som løper feil, setter seg selv i en farlig situasjon.
- Løypeleggere bør unngå å legge poster i ytterkant av kartet. Det må tas høyde for litt bomming på en post, uten at man da havner utenfor kartet. Unntaksvis kan det legges poster langt ute, dersom det er åpenbart umulig å ta feil, eksempelvis om posten ligger ved et stort vann som vises på kartet. Er man i tvil, kontakt kartkontrollør for synspunkter.
- Arrangør må huske å få godkjent kvaliteten på karttrykket av o-utvalget, i god tid før arrangementet, om man velger å trykke selv. Solid kvalitet på trykken skal etterstribes!
- Papiret som kartet trykkes på skal være vanlig 120 g/m<sup>2</sup> papir eller Pretex.
- Hvis kartet er trykket på Pretex-papir bør det være kartposer tilgjengelig ved start for de som ønsker det, i alle fall ved nedbør.
- Løypeleggeren eller den som tegner løypene i OCAD, må sende grunnlagsfiler for RouteGadget til rankingføreren før løpsdagen.
- Vi oppfordrer arrangørene til å lage løype for småtroll. Det er mange som savner dette tilbudet og det er en fin måte å få barna interessert i o-sporten.

## Funksjonærer og gjennomføring av arrangementet

- Arrangør skal utpeke en egen førstehjelpsansvarlig på arrangementet, og opplyse om hvem dette er i innbydelsen. Førstehjelpsansvarlig må kunne bruke den nye hjertestarteren hvis behov på løpsdagen.
- Førstehjelpsansvarlig må alltid sørge for at det minst er to isposer tilgjengelig på samlingsplass når løp arrangeres, i fall skade oppstår. O-utvalget har ikke utstyrt hengeren med egne isposer, da det vil være vanskelig å følge opp fra løp til løp at isposer alltid er på plass.
- Arrangør må alltid vurdere om det er behov for postvakt under løpet. Dette gjelder spesielt i byområder.
- Løpsantrekket skal være heldekkende på alle løp, med unntak av hode, hals og armer. Dette må arrangøren minne løperne om, dersom man ser at dette overskrides.
- Innhenting av poster – ikke start før etter brytetid.

- Løpere som er 30 år eller eldre kan ikke løpe for idrettslag. Etteranmeldingen må være klar over det. Alle under 16 år skal løpe utenfor konkurranse. Unge aktive kan løpe for sitt idrettslag. Barn kan meldes på for klubben "Barn under 16 år".

### **Påmelding og fakturering**

- Klubbvis liste over påmeldte skal sendes til rankingføreren når påmeldingen er foretatt, slik at klubbene kan sjekke påmeldingene. Dette er beskrevet i kursdokumentasjonen.
- Siden kretsen sender faktura til arrangørene, må arrangørene sende navn og adresse på fakturamottaker, samt eventuell fakturareferanse, til rankingføreren.

### **Utstyr**

- Når det gjelder tilhengeren - alle må behandle utstyret pent, utstyr må alltid tørkes om det er blitt vått. Erstatning kan vurderes ved uansvarlig håndtering. Arrangør skal gi beskjed til materialforvalter ved skade eller mangler på utstyr.