



PM HARDHAUSEN 2020

HARDHAUSEN OG SMITTEVERN

Løpet arrangeres etter retningslinjer for utendørs idrettsarrangement på offentlig sted og i henhold til NOF's veileder for o-løp. Startintervallet for de ulike fellesstartene er noe lengre enn vanlig, slik at vi får større spredning og mindre antall personer samtidig på samlingsplass. I utgangspunktet arrangeres løpet som et «kom løp reis» arrangement. SI-Hytta og garderober vil være stengt og løpet foregår i sin helhet utendørs. Garderobe i skogen bak SI-hytta.

NB! Personer som har symptomer på luftveisinfeksjon skal ikke delta/arrangere (heller ikke ved milde symptomer). Dette gjelder også personer som er i karantene eller isolasjon. Personer i risikogruppe anbefales på generelt grunnlag å ikke delta i arrangementer.

START: Løype 1-4

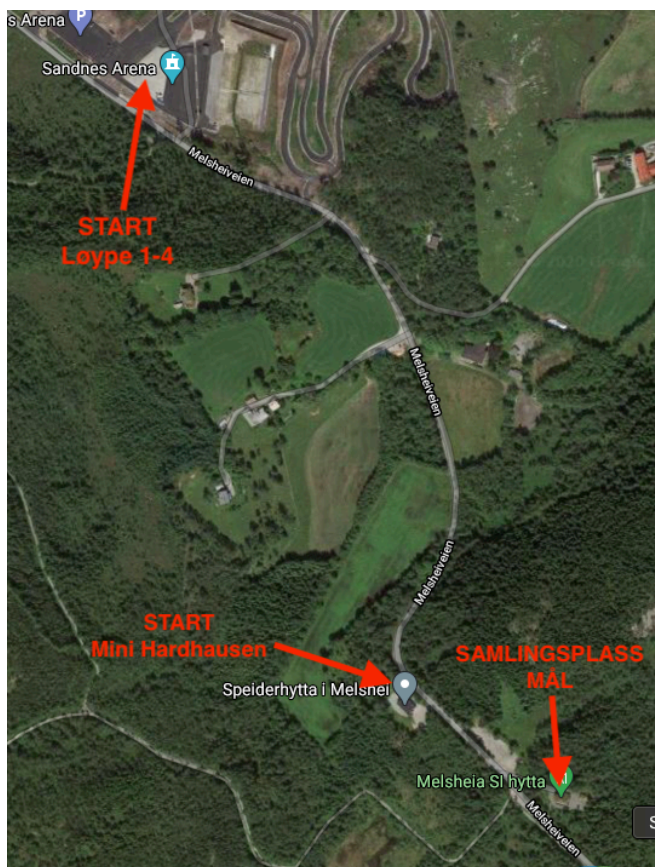
Start ved rulleski anlegget langs Melsheiveien, **ca 10 min.** å gå til start. Oppvarming langs veien/på rulleski arena og ikke i terrenget. Fellesstart fra kl. 11.00. Starttidspunktet for de ulike løypene står i tabellen. Deltagere **må** stille ved start **20 min før** starttidspunktet for opprop og registrering.

NB!!! Legg merke til at løypene ikke starter i rekkefølge fra 1-4.

LØYPE NUMMER	START TID
Løype 1.	11:00
Løype 4.	11:15
Løype 2.	11:35
Løype 3.	11:50

Løype 5 Mini Hardhausen

Start ved stien nord for speiderhytta i Melshei, flexistart fra klokken 11:30-13:30
Kart utdeles i Kiosken ved SI-hytta.



KART: Utsnitt Melshei-Voren. «Melshei-kartet» er utgitt 2014, revidert 2020.
 Ingen løse postbeskrivelser.
 Kart og løyper er trykket på papir og lagt i plastpose.
 Løype 1 kan komme i nærheten av ny hogsttrase for ny kraftlinje, denne er ikke med på kartet.

TERRENG: Stirkogsterreng med vekslende vegetasjon, løpbarhet og kupering.
 Løype 1,2,3 og 4 krysser bilvei, **TA DET ROLIG**. Vi har ingen o-løpere å miste.
 Løperne kan krysse gjerder underveis. Vis hensyn.
 Det er dyr på beite i enkelte områder. Vis hensyn.

LØYPER	LENGDE	MÅLESTOKK	KLASSER	NIVÅ	STARTID
Løype 1	13.8 km	1:10 000	H 17	A	11.00
Løype 2	9.2 km	1:10 000	D17, H15-16, H50, H60, ÅPEN 2	A	11.35
Løype 3	6.5 km	1:7 500	D50, D60, D15-16, H70, ÅPEN 3	A	11.50
Løype 4	4.7 km	1:7 500	D/H13-14, D/H11-12, TRIM	B/C	11.15
Løype 5	3.0 km	1:7 500	Mini-Hardhausen	Ny	11.30-13.30 (flexistart)

VÆSKEPOST: Det er 1 stk. væskepost i løype 1, 2.

BRYTETID: Kl 16.00. Husk å gi beskjed til arrangør dersom du bryter.

FORBUDTE OMRÅDER: Vis hensyn slik at vi kan opprettholde et godt forhold til grunneierne i området.

Arrangøren opplyser om at det **IKKE** er tillatt å løpe på dyrket mark. (gul farge med sorte prikker). **Heller ikke i kanten av disse.**



FORBUDT

Overtredelse medfører disk.

WC: Ved SI-Hytta, bruk av skog anbefales.

SALG: Enkel kiosk på utsiden av SI-Hytta, kun betaling med VIPPS

PREMIEUTDELING: Umiddelbart etter at premielister er klare i de ulike klassene. På grunn av smittevern utføres enkel avhenting av premier.

Sandnes IL ønsker alle deltagerne en vill, vakker og rå tur.

HUSK GENERELLE SMITTEVERNREGLER, TAKK FOR AT DU HOLDER AVSTAND.

HARDHAUSEN – KORT VEI TIL START - LANG VEI TIL MÅL

