

OK MOSS ØNSKER VELKOMMEN TIL

LØRDAGSKJAPPEN



**LØRDAG 24. APRIL
2010**

**TRIMTEX
ER SOM VANLIG TILSTEDE**



FREMMØTE

OK Moss klubbhytte Noreødegården. Avkjøring 14 til Moss fra E6. Merket fra riksvei 120 ved Mosseporten senter.

ARENA

Arenaen har fast dekke. Publikumspost for noen løyper.

KOLLEKTIVTRANSPORT

1 km gangavstand fra busstopp ved Mosseporten kjøpesenter. Buss hver halvtime til og fra Moss jernbanestasjon.

PARKERING

På anviste plasser. Fra 0 til 1000 m å gå til arena. De fleste plasser er nær ved. Biler med minst 4 personer blir prioritert og får parkere nærmest arena. Vi oppfordrer til samkjøring. Barnevognvennlig adkomst.

KART OG TERRENG

Noreødegården utgitt 2010, målestokk 1:10 000, klassene D/H45 og eldre vil ha målestokk 1: 7 500. Terrenget er småkupert, en god del stier, variert og krevende o-teknisk.

START

Første start kl. 12.00, 400 m fra arena.

N-åpen og småtroll har start ved samlingsplass, med valgfri starttid fra kl. 11.00.

Klasser	Nivå	Lengde	Klasser	Nivå	Lengde
N-åpen	N	1,5 km	Direkte N	N	1,5 km
Direkte C	C	3,0 km	Direkte A	A	5,0 km
D-10	C	2,0 km	H-10	C	2,0 km
D11-12	C	2,3 km	H11-12	C	2,3 km
D11-12N	N	2,0 km	H11-12N	N	2,0 km
D13-14*	B	3,0 km	H13-14*	B	3,0 km
D13-16C	C	2,0 km	H13-16C	C	2,0 km
D13-16N	N	2,0 km	H13-16N	N	2,0 km
D15-16*	A	4,0 km	H15-16*	A	4,5 km
D17-18E*	A	5,0 km	H17-18E*	A	5,5 km
D17AK	A	3,5 km	H17AK	A	4,0 km
D17C	C	3,0 km	H17C	C	3,0 km
D17N	N	2,5 km	H17N	N	2,5 km
D19-20E*	A	5,5 km	H19-20E*	A	5,7 km
D21E*	A	5,7 km	H21E*	A	6,0 km
D21A	A	5,0 km	H21A	A	5,7 km
D35	A	4,5 km	H35	A	5,5 km
D40	A	4,5 km	H40	A	5,5 km
D45	A	4,5 km	H45	A	5,0 km
D50	A	4,0 km	H50	A	5,0 km
D55	A	3,5 km	H55	A	4,5 km
D60	A	3,0 km	H60	A	4,5 km
D65	A	3,0 km	H65	A	4,0 km

D70	A	2,5 km	H70	A	3,0 km
D75	A	2,5 km	H75	A	3,0 km
D80	A	2,5 km	H80	A	2,5 km
			H85	A	2,5 km

* Resultatene i klassene **D/H13-14, D/H15-16, D/H17-18E, D/H19-20E og D/H21E** vil danne grunnlag for jaktstart i Østfold O-weekend, dag 2: **Smaalenenløpet**.
Det tas forbehold om mindre endringer av løypelengder, og sammenslåing/deling av klasser.

STARTKONTINGENT

KLASSER	ORDINÆR STARTKONTINGENT (t.o.m. 14.04)	ETTERANMELDING (t.o.m. 22.04)	ENDRING BRIKKE/ KLUBB/ KLASSE
D/H -12	Kr. 80,-	Kr. 80,-	Kr. 0,-
D/H 13-16	Kr. 80,-	Kr. 120,-	Kr. 40,-
D/H 17-	Kr. 170,-	Kr. 255,-	Kr. 50,-

Direkteløyper: Avgift kr. 50,- D/H-16,- og kr. 100,- D/H17-.

Avgifter faktureres i ettertid for norske klubber. Utenlandske klubber må betale på forhånd til: Sparebank1: Swift RYGSNO22, kontonr: 1080.24.08604 IBAN NO9310802408604(eller ved utlevering av lagsposen).

LØRDAGSKJAPPEN PÅ INTERNETT: www.ok-moss.no
INFORMASJON: info@ok-moss.no

PÅMELDING

Påmelding gjøres via Palisoft med frist onsdag 14. april kl. 23.59. Lenke finnes på klubbens nettside www.ok-moss.no.

ETTERANMELDING

Via Palisoft senest torsdag 22. april.

KVITTERING

Emit EKT. Ingen brikkeleie for norske løpere. Et begrenset antall leiebrikker (kr 50,-) er tilgjengelig for løpere fra utenlandske klubber.

PREMIERING

I henhold til NOFs regler. Løpere som er 12 år og yngre premieres etter målgang.

VASK: Våtklut.

OVERNATTING

Overnattingsmuligheter i Moss: Vandrerhjemmet i Nesparken, Nes camping på Jeløya. Se også www.visitmoss.no og www.visitindre.no for informasjon om andre overnattingstilbud.

LØPSLEDELSE

Løpsleder: Trond Finstad, tlf.47070539, trfinst@online.no
Løypelegger: Morten Johansen
Internkontrollør: Tore Bjørnerød

PRESSE

Torgeir Snilsberg, tlf. 95421014, torgeir.snilsberg@moss-avis.no

SMÅTROLL

Kr. 20.- Start rett ved arena.

BARNEPARK

Gratis barnepark for barn over 2 år.

BRUK HELGEN OGSÅ TIL IØOK's LØP, "SMAALENENELØPET", SØNDAG 25. APRIL.

<http://www.indre-ostfold.com/>