



# Orienteringshelg i Oslo

## 15-Stafetten søndag 13. mai 2007

Oppsal IF Orientering ønsker velkommen til den 24. utgaven av 15-Stafetten.

- Fremmøte: Samlingsplass ved Bjartbakken (Oppsal).  
Fra nord: Krysset Tvetenveien/Hellerudveien ved Tveita senter (2 min til parkering).  
Fra syd: E6 ved Abildsø (5 minutter til parkering).  
T-bane: Fra Ulsrud T-banestasjon (Linje 3 Mortensrud) (ca 1000 m å gå).
- Parkering: Trasop skole, Oppsal Arena. Avstand parkering til samlingsplass ca. 1000 m på asfalt.
- Kart: Lutvann, utgitt 2007, målestokk 1:7500 og 1:10 000, ekvidistanse 5m.
- Terrang: Middels kupert og god løpbarhet. Noen detaljrike områder og en del stier.
- Start: Fellesstart kl. 11:00 ved samlingsplass for første etappe løperne.

Etapper og løypelengder

Etp	Antall løpere	Løypelengde	Klasser	Nivå
1	3 løpere	3,5 km	D13- / H13-16 / H50	B-nivå
2	3 løpere	6,5 km	D15- / H15 -	A-nivå
3	3 løpere	2,5 km	D13 -16 / H13-14 / H55- / D35-	C-nivå
4	3 løpere	4,5 km	D13- / H13-20 / H35-	B-nivå

3 x 4 løpere = 12 etapper

13	1 løper	4,5 km	D13- / H13-20 / H35-	B-nivå
14	1 løper	3,5 km	D13- / H13-16 / H50-	B-nivå
15	1 løper	6,5 km	D15- / H15 -	A-nivå

Det tas forbehold om justering av løypelengdene. Alle etapper er gaffet. Inn- og utløping er inkludert i løypelengdene

- Konkurransemetode: Etappene 1-4 løpes som 3 parallelle stafetter. Når alle tre 4.etappeløpere har fullført starter lagets løper på 13. etappe og konkurransen fortsetter som vanlig o-stafett. Laget kan underveis, uavhengig av den oppgitte lagoppstillingen, fritt velge hvilken rekkefølge de tre på 2., 3. og 4. etappe skal løpe ut.  
**MERK: EKT-BRIKKEN MÅ DERIMOT FØLGE RIKTIG ETAPPE VARIANT.**

- Lagsammenstilling: Hvert lag skal ha minst 4 dameløpere. Av disse skal minst 1 være D-16 eller D45-. NOFs regler om nedre aldersgrense i stafetter (D/H 13) skal følges. Det er startmuligheter for **flerklubblag** iflg. NOFs regler.

- Oppsamlingstart: For alle etapper etter seirende lags målpassering. Alle lag gis anledning til å fullføre.

- Direkteløyper: 3 og 6 km direkteløyper med tidtaking. Påmelding i informasjonen. Startkontingent 50,- kr.

- Påmelding: Klubbvis senest mandag 7. mai 2007 via elektronisk påmelding på EntryOnline. Påmeldingslister finnes på løpets nettsider: [www.oppstal.com](http://www.oppstal.com)  
Etteranmelding t.o.m. 11. mai 2007, kl. 21:00 via [www.oppstal.com](http://www.oppstal.com)

- Startkontingent: Startkontingent for stafettlag er NOK 1.700,-. Etteranmelding mot tillegg NOK 500,-.  
Startkontingenten for norske klubber blir fakturert etterskuddsvis.

- Lagoppstilling: Lagoppstilling registreres på [www.oppstal.com](http://www.oppstal.com) eller ved bruk av lagoppstillingsskjema innen 11. mai kl. 21:00. Lagoppstillingsskjema finnes på [www.oppstal.com](http://www.oppstal.com). Endringer på samlingsplass løpsdagen senest kl.11:00

- Kvitteringssystem: Elektronisk tidtakersystem EMIT benyttes. Brikkenummer må oppgis ved påmelding.

- Ungdomskonkurranse: Lagkonkurranse med 3-5 løpere for barn og ungdom i alder 8-12 år etter modell av O-festivalen. Poeng-o-løype med poster av ulik vanskelighetsgrad. Tillatt for D/H13-16 løpere som ikke deltar i 15stafetten.

- Barneparkering og småtroll: Barneparkering ved samlingsplass.  
Småtroll ved samlingsplass. Premier til alle. Startkontingent NOK 20,-

- Vask: Våtklut.

- Premiering: Individuelle premier til vinnerlaget. Lagpremie til ca. 1/5 av lagene. Premie til den klubb som kommer først i mål med to lag.

- Salg: Stort utvalg i kaker, vafler, bagetter, kaffe og drikke. Salg av sportsutstyr.

- Løpsledelse: Løpsleder: Lars Klyve (M: 91197390)  
Informasjon: Roger Mostue (M: 40202725)  
Løypelegger: Lars Granum  
Kontrollør: Lars-Evan Pettersson