

Vang Orienteringslag

ønsker velkommen til

Myrsprinten lørdag 1. august 2009

og

Myrtrampen søndag 2. august 2009



FELLES INFO FOR BEGGE DAGER:

- Frammøte:** Tørbustilen. Merket fra E6 ved Vien vegkryss, herfra ca 20 km å kjøre via Gåsbu.
Bomveg kr. 30,-.
- EKT:** Det benyttes EKT kvitteringssystem begge dager. Husk å oppgi brikkenummer. Brikke kan leies for kr. 30,-
- Påmelding:** Fortrinnsvis via Palisoft. <http://nydalen.idrett.no/pmdb/>
Kan også sendes lagvis til hjordhei@online.no, senest onsdag 29. juli kl 14.00 eller per post til Henning Jordheim Linjevegen 54 2312 Ottestad, poststemplett senest mandag 27. juli. Eventuelt på tlf.nr. 97093470
- Startkontigent:** Løpere under 17 år kr 60
Løpere over 17 år kr 110
- Etteranm.:** Mottas inntil 1 time før start mot tilleggsavgift på hhv. 30 kr t.o.m 16 år og 55 kr f.o.m 17 år. Ingen tilleggsavgift for løpere 12 år og yngre
- Kart:** "Tørbustilen". Målestokk 1:10 000, ekvidistanse 5 m. Utgitt / revidert 2007.
- Terreng:** Vekslende fra småkuppert terreng med mye kartlesing til mer diffuse partier med større myrområder. Stort sett er terrenget meget lettløpt, men kan by på både o-tekniske og fysiske utfordringer.
- Vask:** Våtklut
- Premier:** Premier i henhold til NOF's regler.
- Løypeleggere:** Jan Ola Pedersen og Kenneth Bilstad
- Løpsledere :** Anders Skjeset, askjeset@online.no, tlf 48203998
Øivind Frøisland, ofroi@online.no, tlf 41922204
- Barnepark og småtroll:** På samlingsplass. Lørdag 13.00 – 16.00, søndag 10.00 – 13.00.

Klasser og løypelengder:

Lørdag 1. august: Myrsprinten

Klasser	Nivå	Lengde
H 17	A	4,5 km
D 17, H 45	A	3,5 km
H 15-16, H 55	A	3,2 km
D 15-16, D 45, H 65	A	2,8 km
D 55, D 65, D75, H 75	A	2,5 km
D/H 13-14	B	2,5 km
D/H 17C	C	3,0 km
D/H 11-12, D/H 13-16C	C	2,0 km
D/H 13-16N, D/H 17N	N	2,5 km
D/H 11-12N, N-åpen, D/H -10	N	1,5 km

Søndag 2. august: Myrtrampen

Klasser	Nivå	Lengde
H 19	A	9,5 km
D 19, H 17-18, H 35	A	7,0 km
D 17-18, D 35, H 15-16, H 17K, H 45	A	5,5 km
D 15-16, D 17K, D 45, H55	A	4,5 km
D 55, D 65, D75, H 65, H75	A	3,5 km
D/H 13-14	B	3,5 km
D/H 17C	C	3,0 km
D/H 11-12, D/H 13-16C	C	2,5 km
D/H 13-16N, D/H 17N	N	3,0 km
D/H 11-12N, N-åpen, D/H -10	N	2,0 km

Start:

Lørdag: 14.00, N-åpen fra kl 13.00

Søndag: 11.00, N-åpen fra kl 10.00

Avstand til start søndag 500 meter.

Avstand til start lørdag 200 meter.

Startlister: Blir lagt ut på Vang O-lags hjemmeside:

www.vangol.no torsdag 30. juli.

RESULTATER: Blir lagt ut på samme sted.

VANDREPREMIER I MYRTRAMPEN SØNDAG 02.08.09
STILLING FØR ÅRETS LØP:

Myrtampdronninga i D 19:

Stilling etter Myrtrampen 2008:

1.	Marte Skårholen, Løten OL	32 p.
2.	Eldrid H. Aas, OL Toten-Troll	13 p.
3.	Lone Sørlien Molstad, Gjø-Vard OL	12 p.
3.	Yngvild Malmo, Lillehammer OK	12 p.
3.	Kari Christiansen, Sandefjord OK	12 p.
6.	Torunn Ølstad	10 p.
6.	Astrid Kravdal, Gjø-Vard OL	10 p.
6.	Nina Smestad, Løten OL	10 p.
6.	Betty Ann Bjerkreim Nilsen, Gjø-Vard OL	10 p.
6.	Uschi Polzer, HSV Pinkafeld	10 p.

Myrtrampkruset i H 21:

Stilling etter Myrtrampen 2008:

1.	Gudbrand Lien, Hamar OK	30 p.
2.	Sindre Østhagen, Fredrikstad SK	24 p.
3.	Dag Nylund, Løten OL	16 p.
4.	Jon Anders Bordal, Hein OL	12 p.
4.	Markus Lang, HSV Pinkafeld	12 p.
6.	Geir Myhr Øien, Tynset	11 p.
7.	Arnt Eide, Snåsa IL	10 p.
7.	Trygve Olsen, Løten OL	10 p.
7.	Sigurd Dæhli, Løten OL	10 p.

- 1. plass gir 12 poeng
- 2. plass gir 10 poeng
- 3. plass gir 8 poeng
- 4. plass gir 7 poeng osv.

Vandrepremiene fås til odel og eie ved passerte 36 poeng.

NB! Det er ingen eller meget dårlig mobildekning på samlingsplass.