Os IL o-gruppa inviterer til

O-stafesten, 13. mai 2023

Sted

Os kommunehus. Merket
fra riksveien (parkering på offentlige
parkeringer i sentrum).

Start

Mini-Stafesten: kl 13:00
O-stafesten: kl 13:30
N-åpen: fri start fra kl. 13:00-14:30

Løpstilbud

O-stafesten
Stafett med fem etapper, minstealder 13 år. De fire første etappene settes sammen fritt, ut fra hvilke løpere man disponerer, med løypelengder ut fra alder og o-nivå. Siste etappe, 2,6 km, er felles for alle lag.

Mini-Stafesten
Stafett med to etapper for 10-12-åringer. Felles for jenter og gutter (jente og gutt kan springe på samme lag).
Løpskartene utdeles på forhånd. Samme løype for begge etapper.

N-åpen
Individuell nybegynnerløype hvor deltakerne kan ha følge gjennom løypa. Ingen aldersbegrensning.

Påmelding

Påmeldinger sendes til jon.osmoen@gmail.com innen onsdag 10. mai kl. 23:59. Etteranmelding innen fredag 12. mai kl 18:00.
Påmeldingen til begge stafettene (O-stafest og Mini-Stafest) må inneholde lagoppsett med navn, klasse og brikkenummer til alle lagets løpere. Det er lagenes ansvar å melde på løperne i rett løype ihht alder og nivå (se tabell under) til O-stafesten. Arrangøren setter opp etapperekkefølgen på de fire første etappene, for å spre løperne på ulike løyper. Èn av løperne skal meldes på i løype 2,6 km, som er siste etappe for alle lag.

Påmelding N-åpen ved oppmøte. Leiebrikker kan leies. Dette må spesifiseres i påmeldinga.

Klasser og løypelengder

	Løypelengde	Nivå	Klasser som kan løpe løypa	Merknad
O-stafesten	1,2	N/C	D13-16C, D55-, H13-16C, H65-	Dette er løyper for de fire første etappene som settes sammen fritt. Arrangørene bestemmer rekkefølge
	1,5	C	D13-16, D45-54, D17-N, H13-14, H55-64	
	1,8	B/A	D17-44, H15-16, H45-54, H17-N	
	2,2	B	H17-44	
	2,8	A	Alle	
Mini-Stafesten	2x1,4	N/C	D/H 10-12	Kart utleveres på forhånd
N-åpen	1,2	N	Alle (individuell løype)	Kart utleveres på forhånd. Følge tillatt.

Startkontingent / Premiering

	Innen ordinær frist	Etteranmelding	Premiering
O-stafesten	500,-	750,-	Topp 3
Mini-Stafesten	150,-	150,-	Alle
N-åpen	50,-	50,-	Alle

Vel møtt!

TOLGA OS SPARE BANK
nøk
Infonett Røros
Ramlos
OS ID
BYGGERN OS
Norconsult
SPORT ALVDAL-TYNSET
OS
Os Entreprenør
Vekstra