



Tryg BIL innbyr til bedriftsorienteringsløp onsdag 19.mai 2021, kun for løpere bosatt i Bergen kommune.

Korona-smittevernregler etc. står med *uthevet kursiv-skrift*. Les derfor hele innbydelsen nøye!

Personer som har symptomer på luftveisinfeksjon skal ikke delta (heller ikke ved milde symptomer). Dette gjelder også personer som er i karantene eller isolasjon. Gi straks beskjed til arrangøren dersom du får symptomer under arrangementet. Personer i risikogruppe anbefales på generelt grunnlag ikke å delta i arrangementer.

Alle deltakere plikter å følge anmodninger fra arrangørens smittevernansvarlige. Husk avstandsregelen på 1 meter for alle som ikke bor i samme husstand. O-løpet gjennomføres etter prinsippet kom-løp-dra hjem, ingen skal være på stedet lenger enn nødvendig. Husk at en ikke skal stå tett sammen etter gjennomført løp og diskutere kart og veivalg.

Pga begrensning på max 200 deltakere som kan være samlet samtidig, vil parkeringsvaktene kunne organisere ventetid for innkjøring i løpet av arrangementet. Smittevernansvarlig har myndighet til å avblåse konkurransen og/eller bortvise personer dersom kravene til smittevern ikke kan overholdes.

Mer spesifikk koronainfo til deltakere:

http://o-bergen.no/web/sites/default/files/Koronainformasjon_deltakere.pdf

Fremmøte / Parkering / Startkontingent

Idrettsbanen i Nordnæsdalen, merket fra rundkjøring ved Løvstakktunnelens sydlige utløp (fv 540). Parkering på samlingsplass etter anvisning fra P-vakter, kroner 30,- i parkeringsavgift. **(betales på VIPPS sammen med startkontingenten)**

Kjør aktsomt og rolig på den smale og bratte Nordnæsdalsveien.

Startkontingent Kr. 100,- i alle klasser, **130,- om også parkering.**

Kun betaling med mobilappen Vipps, se info her: <http://o-bergen.no/web/vipps>.

Ingen brikkeleie pga korona.

- Betal til 516407, Orientering, Hordaland Bedriftsidrettskrets
- Merk betalingen med Tryg BIL 19.05.2021
- Betal **før** du kommer til parkering /går til påmelding, vis kvittering/skjerm bilde ved parkering/påmelding.

Buss

Fra sentrum (nord) til stoppested Løvstakktunnelen,
fra Fyllingsdalen (syd) til stoppested Sikthaugen / Vestre Sikthaugen,
15 minutter å gå til samlingsplass. (<http://www.skyss.no> / ring info nr. 177.)

Start

Fleksi-start mellom 17.00 og 18.30. Ca. 5 min. å gå til start. Poster tas inn 20.30.
Alle skal spritvaske hender og EKT-brikke før de går inn i startbåsene.
Antibac er utplassert på start.

Kart / Terreng

Utsnitt av Damsgårdsfjellet, utgitt 2010 av Årstad IL. Målestokk: 1:7500, 5 m ekv.
Utleveres 1 min før start (ferdig preparert).
Nybegynnerløypen utleveres kun på start **pga korona. Den er også tilgjengelig på nett.**

Relativt åpent, stedvis grovkuppert og stirikt, noe skråli for de lengste løypene.

Påmelding

Hender og EKT-brikke spritvaskes før påmelding. Antibac er utplassert i området.

Deltakere som har samme brikkenummer som ved siste bedriftsløp melder seg på ved å legge brikken på en avleserenhet ved påmelding. Klasse kan endres.

Løpere som har løpt bedriftsløp tidligere men som har ny/annen brikke melder seg også på ved å legge brikken på en avleserenhet ved påmelding.

Nye løpere må sende e-post til resultatservice@o-bergen.no med navn, klubb, løpsklasse, brikkenummer og telefonnummer seinest kl. 21.00 to dager før løpet. Ingen manuell utfylling av papirskjema.

Garderobe / Vask / Toaletter

Friluft / Våtklut / Ingen toalett-fasiliteter.

Målgang

Alle deltakere må vaske/sprite hender og EKT-brikke etter målplassering og før brikkeavlesning. Kartene samles inn og destrueres. Løyper legges ut på nett.

Løpsantrekk

Skal dekke hele kroppen unntatt hode, hals og armer.

Resultatservice

Det blir ikke delt ut strekktidslapper. Alle resultater gjøres tilgjengelig på nett i etterkant.

Løyper/klasser

Nybegynnerløype (N-løype): 2,0 km
DN, DUN, HN, HUN, Trim N

Kort løype (C-løype): 2,4 km
H16C, H30C, H40C, H50C, H60C, H70C, H80C, H90C, HUC
D16C, D30C, D40C, D50C, D60C, D70C, D80C, DUC, Trim C

Mellom løype (B-løype): 3,5 km
H16B, H30B, H40B, H50B, H60B, H70B, HUB
D16B, D30B, D40B, D50B, D60B, D70B, DUB

Lang løype (A-løype): 4,2 km
H16A, H30A, H40A, H50A, H60A, H70A, HUA
D16A, D30A, D40A, D50A, D60A, DUA

Aktive løpere under 30 år skal stille i U-klasse!

Trim N og Trim C klassene har resultatlister uten sluttider!

Teknisk arrangør

Tryg BIL

Løpsleder

Jan Haugland, jan.haugland@tryg.no

Smittevernansvarlig

Inger Lise Angelskår, tlf. 47 60 96 79 (a), inger.lise.angelskar@tryg.no

Løypelegger

Jan Haugland

Kontrollør

Rune Tonaas

HUSK Å GI BESKJED TIL ARRANGØREN DERSOM DU BRYTER LØPET!

VEL MØTT!