

# ORKDAL/GAULDAL -KARUSELLEN 2011

## LØPSOPPLYSNINGER

**Terminliste 2011:** 1.juni: Gaula(mellomdistanse) + 15.juni: Leik + 22. juni: Melhus + 17.august: Klæbu + 31.august: Krokstadøra + 10.september: Orkanger (stafett).

**Premieutdeling** for OG-karusellen 2011 legges til O-sonestafetten 10.september som arrangeres av Orkanger.

### Startkontingent:

Ordinære løp: D/H - 16 = kr. 30,-

D/H 17 - = kr. 50,-

Stafett: kr. 150,- pr.lag (3x50,-)

Fellesstart på stafettdagen: kr. 50,- pr. deltager.

Nybegynnere på stafettdagen: Gratis.

**Påmelding:** På samlingsplass før løpet tar alle løpere med sin brikke og går til sekretariatet og blir registrert med navn – klubb – løype – brikkenummer. Kart o.a. blir så delt ut etter registreringa og betaling. NB! Bruk helst samme brikke hele sesongen! Arrangøren vil ha utleiebrikker tilgjengelig.

<i>Løype</i>	<b>Klasser</b>	<b>Løypel. lang</b>	<b>Løypel. mellom- distanse</b>	<b>Løypel. stafett</b>
<i>Blå</i>	H 19-44	5,5km A/B	3,0km A/B	2,7km A/B
<i>Rød</i>	H 45-54 + H 17- 18	4,0km A/B	2,2km A/B	2,5km A/B

<b>Grønn</b>	D 15-49 + H 15-16 + H 55-64	3,0km A/B	1,8km A/B	2,1km A/B
<b>Hvit</b>	D 50-64 + D/H 13-14 + H 65-74	2,0km B	1,2km B	2,0km B
<b>Gul</b>	D/H -12 + D/H 13-C + D65- + H 75-	2,0kmC	1,1km C	1,9km C
<b>Ny- begynner</b>	Nybegynner	1,5km N	1,5km N	1,5km N

\*Løpere kan fritt stille i ulike løyper gjennom sesongen, men bare løpere som minst løper den løypelengda/vanskelighetsgraden som er påkrevd (se tabell over) er med i den ordinære poengberegninga.

\* Det oppfordres til at løpere ikke stiller mer enn ett år i "opprykksklasser" (N og C-løyper) før de løper i sine ordinære klasser. Dersom ikke må løperen stille i TRIM. Dette gjelder ikke unge nybegynnere.

\*Ungdom som takler sin ordinære løype godt oppfordres til å rykke opp til lengre løyper.

\*Poenger: 100 poeng til vinneren i hver løype og 50 poeng til løpere med løpstid på det dobbelte av vinneren i løypa, mens de mellomliggende løperne på resultatlista i løypa får en poengsum beregnet av en brøk med vinnertid og løpers tid. Minimum 50 poeng for alle fullførte løp også nybegynnere og trimere.

Eksempel karusellen: Ola vinner Blå løype på 43.15; Per løper på 50.30. Ola får: 100 poeng. Per får:  $100 \text{ poeng} \times \frac{43.25}{50.5} = 86 \text{ poeng}$ . Fullførte som bruker 86.30 eller mer får 50 poeng. Stafetten gir 50 poeng til alle.