

STAFETT: KRETSMESTERSKAP (KM) OG VÅRSTAFETT

Stafettene arrangeres med 3 etapper. Normalt brukes 3 nesten like løyper med gafling. Hvert lag skal gjennom alle løypene (A-B-C) uten å vite hvilken løype og rekkefølge den enkelte løper/lag har.

Løypelengder:

Vårstafetten og KM stafett :

Kort løype maksimum 2,5 km

Lang løype maksimum 3,5 km

Klasseinndeling:

Herrer under 135 år :Lang løype

Damer under 135 år :Kort løype

Herrer 135 – 194 år :Lang løype

Damer 135 – 194 år :Kort løype

Herrer over 194 år :Kort løype

Damer over 194 år :Kort løype

Fullført stafettetappe gir 94 poeng (tilsvarende plakett) til den enkelte løper.

Ingen strenge restriksjoner for splitting på alder/kjønn/bedrift i Vårstafetten.

I KM stafett må det derimot være rene bedriftslag for å kunne få KM-medaljer, dvs at alle på laget må være fra samme bedriftsidrettslag for å kunne godkjennes. Videre kan kun bedriftsidrettslag tilknyttet Midt-Norge Sør bedriftsidrettskrets få KM-medaljer. NB det er viktig at den enkelte løper sørger for at han er registrert med riktig bedriftsidrettslag og skrivemåte.

Fellesposter skal så langt mulig ha flere postenheter (samme kode/nr). Dette må ordnes med å låne fra aktive klubber. Løypene skal ha gafling på minimum 3 poster hvorav 1. post er en av dem.

Det skal benyttes forhåndspåmelding. Utvalget / resultatansvarlig tar i mot påmelding via utvalgets web-side. Innbydelse og informasjon legges ut på utvalgets hjemmeside i god tid før stafetten.

Arrangøren er ansvarlig for å skrive dette. Frist for påmelding bestemmes av arrangør og utvalget i fellesskap, den bør være ca 3 dager før arrangementet, men erfaringen tilsier at lag melder seg på løpsdagen. Ha derfor noen kart i reserve mht dette.

Det benyttes ferdig preparerte kart med påtegnet løype, postbeskrivelse/kode trykket på vannfast papir. Tegning av løyper, innføring i o-cad og bestilling av trykking skjer på samme måte som for ordinære løp (se i den instruksen)..

Stafettløyper bør ikke lages for lange og vanskelige. Enklere løyper gir mer samling av løpere, mer spenning og mer moro for tilskuere.

Før start skal lagene hente eventuell lagsposer mot å betale påmelding, (ordinær påmeldingsavgift, x 3 pluss evt leie for brikker,) ”Lagsposen” inneholder PM, evt utleiebrikker (og evt startnummer og sikkerhetsnåler). Laget må samtidig opplyse om brikkenummer og navn på hver løper/etappe hvis det er endringer i forhold til påmelding. **Arrangør må ha tilstrekkelig med funksjonærer på dette arbeidet.**

Stafettene har fellesstart. Arrangøren bestemmer om det skal være fellestart for hver løypetype, evt. klasse, for å spre løperne best mulig.

Vekslingen foregår ved at løperen stempler i målenhet og leverer eget kart til arrangør/funksjonær i starten av vekslingsfeltet, fortsetter til stativ hvor kart for neste etappe henger, tar riktig kart for sitt lag og leverer dette til neste løper på sitt lag (**OBS ha en funksjonær som passer på at riktig kart blir overlevert**). Løper fortsetter videre til MTR(1) for overføring av informasjon fra brikke til resultatsystem. samt for å få skrevet ut sine strekktider (OG levert brikke hvis denne er leid). Det trengs fort 3-4 funksjonærer i vekslingsfeltet for å dirigere løperne på riktig vei. Mange ”lurer” seg ut av vekslingsfeltet før de får registrert brikken sin i MTR’en. Vær obs på dette.

Vanligvis må en ha fellesstart etter en viss tid for de aller siste lagene på hver etappe. Lagsnummer og tid for fellestart noteres med tanke på manuell innlegging for å få ut resultater.

Det skal lages PM for løpet. PM skal inneholde informasjon og skisser som viser hvordan start, veksling og målgang er organisert. Opplegg for fellesstart for løpere på andre og tredje etappe må også beskrives.

Arrangør av stafett oppfordres til å lage ”ramme rundt” arrangementet, det være seg fin samlingsplass, speakertjeneste, startnummer til løperne, salg av kaffe/drikke/bakverk/pølser, grilling osv. Her er det muligheter for den kreative arrangør –og tjene ekstra kroner til (bedrifts)idrettslaget om ønskelig!

LYKKE TIL!