



Mjøs-O har gleden av å invitere til NAMMO-CUPEN 2020

Et vilt, vakkert og rått ungdomsarrangement!

Nammo-cup	Dato	Sted	Type løp
1	13.mai	Vang OL (Hamar)	Knockoutsprint
2	03.juni	OL Vallset/Stange	Mellomdistanse med gaflinger
3	10.juni	Snertingdal IL	Mellomdistanse
4	26.august	Elverum OK	Skogsprint med postplukk
5 - finale	05.september	Løten OL	Jaktstart, forkortet langdistanse med gafling



Nammo-cupen skaper mye moro, spenning og utfordringer for våre barn og ungdommer rundt Mjøsa. Løpene skal by på det lille ekstra, med kreative arrangører og passe nivå for løperne!

Bli med!

<https://www.mjoso.no/>

Etappebeskrivelser

I forkant av hver etappe legges det ut PM (detaljer informasjon) på Eventor.

<p>Etappe 1: 13. mai</p> <p>Knockoutsprint</p> <p>Arrangør: Vang OL i samarbeid med Hamar.</p>	<p>Etappe 2: 3. juni</p> <p>Mellomdistanse med gafflinger, fellesstart</p> <p>Arrangør: OL Vallset/Stange.</p>
<p>Etappe 3: 10. juni</p> <p>Mellomdistanse</p> <p>Arrangør: Snertingdal IL.</p>	<p>Etappe 4: 26. august</p> <p>Skogssprint med postplukk</p> <p>Arrangør: Elverum OK.</p>
<p>Etappe 5: 5. september</p> <p>Finale, jaktstart</p> <p>Forkortet langdistanse med gaffling</p> <p>3 av 4 innledende løp teller i finalen. 1 poeng = 7 sekunder.</p> <p>Arrangør: Løten OL</p>	<p>Nammo-cup-samling: 5. - 6.september</p> <p>Direkte etter finalen.</p> <p>For løpere fra 13 til 20 år.</p> <p>Arrangør: Løten OL og Mjøs-O.</p>

Sponsorer



MJØSEN SKOG

Nammo

TRIMTEX

Klasser

<p>N-Åpen (Nybegynnerløype) Helt enkel løype for nye o-løpere. For løpere i alle aldre tom 20 år.</p> <p>Løypa blir lagt ut på eventor i forkant av løpet. Voksne som vil følge rundt får eget kart.</p> <p>Deltakerpremie til alle med minst 3 fullførte løp.</p>	<p>C-Åpen (litt vanskeligere løype) Denne løypen er for løpere som synes N-åpen blir for lett og de "rene" klassene blir for vanskelige, anbefales for løpere mellom 10 og 14 år.</p> <p>Gul ledertrøye til den som leder cupen sammenlagt. Spurttrøye til den som er raskest fra sistepost til mål.</p> <p>Deltakerpremie til alle med minst 3 fullførte løp.</p>
<p>B-Åpen For løpere som synes D/H15-16 og D/H17-20 løypene er for krevende, og fortsatt ønsker B-nivå på etappene.</p> <p>Gul ledertrøye til den som leder cupen sammenlagt. Spurttrøye til den som er raskest fra sistepost til mål.</p> <p>Deltakerpremie til alle med minst 3 fullførte løp.</p>	
<p>D11-12, H11-12 (åpen for løpere i D/H10) C-nivå for disse klassene.</p> <p>Gul ledertrøye til den som leder cupen sammenlagt. Spurttrøye til den som er raskest fra sistepost til mål.</p> <p>Deltakerpremie til alle med minst 3 fullførte løp.</p>	<p>D13-14, H13-14 B-nivå for disse klassene.</p> <p>Gul ledertrøye til den som leder cupen sammenlagt. Spurttrøye til den som er raskest fra sistepost til mål.</p> <p>Deltakerpremie til alle med minst 3 fullførte løp.</p>
<p>D15-16, H15-16 A-nivå for disse klassene.</p> <p>Gul ledertrøye til den som leder cupen sammenlagt. Strekk-mester trøye til den som er raskest på "spesialstrekket" i hvert løp (veivalgsstrekk, oppoverstrekk, nedoverstrekk, myrstrekk, stistrekk, spurtstrekk med mer).</p> <p>Deltakerpremie til alle med minst 3 fullførte løp.</p>	<p>D17-20, H17-20 A-nivå for disse klassene.</p> <p>Gul ledertrøye til den som leder cupen sammenlagt. Strekk-mester trøye til den som er raskest på "spesialstrekket" i hvert løp (veivalgsstrekk, oppoverstrekk, nedoverstrekk, myrstrekk, stistrekk, spurtstrekk med mer).</p> <p>Deltakerpremie til alle med minst 3 fullførte løp.</p>

Poengberegning trøyer

Gul ledertrøye – ”Leder”

Sponset av Nammo, Trimtex og Mjøsen Skog.

Deles ut til den som leder cupen sammenlagt i hver klasse før hvert løp, og løpes med. Vinnes til odel og eie av den som krysser mållinjen først i finalen.



Poengberegning:

plass	poeng	plass	poeng	plass	poeng	plass	poeng
1	30	6	19	11	15	16	15
2	27	7	18	12	15	17	15
3	24	8	17	13	15	18	15
4	22	9	16	14	15	19	15
5	20	10	15	15	15	20	15



Alle med godkjent løp gis 15 poeng.

Spesialtrøyene ”Spurt mester´n” og ”Strekk mester´n”

Sponset av Nammo, Trimtex og Mjøsen Skog.

Deles ut til den som samlet flest poeng i spurt-/spesialtrøyen sammendraget i hver klasse før hvert løp, og løpes med.



Poengberegning:

plass	poeng	plass	poeng	plass	poeng	plass	poeng
1	12	6	5	11	1	16	1
2	10	7	4	12	1	17	1
3	8	8	3	13	1	18	1
4	7	9	2	14	1	19	1
5	6	10	1	15	1	20	1



Alle med godkjent strekk forutsatt at løpet er godkjent gis 1 poeng.



Fellesregler for trøyene og finalen

3 av 5 løp teller som grunnlag for finale-jaktstarten.

Det er fullt mulig å løpe finalen selv om en ikke har deltatt i cupen tidligere. Man må da påregne å starte cirka 3-5 minutter etter lederen i klassen.



Gul trøye vinnes av den som krysser mållinjen først i finalen.

Spesialtrøyene vinnes av den med flest poeng etter finalen (3 løp + finalen teller). Ved poenglikhet er det plassering i finalen som teller.

Felles for alle klasser med trøyer er at hvis samme person vinner både gul trøye og spesialtrøye, går spesialtrøya til nestemann på spesialtrøyeresultatlista.

Man må løpe finalen for å vinne en av trøyene til odel og eie. For å få poeng må løpet være godkjent, dette gjelder både leder- og spesialtrøyene.

Premier

Alle løpere i alle klasser får premie sponset av våre samarbeidspartnere, Nammo, Trimtex og Mjøsen Skog, hvis man har deltatt i minst 3 løp.

Årets deltakerpremie vil være en hettegenser.

Trøyepremier til totalvinnere og spurt-/spesialtrøyevinnerne.

Premieutdeling skjer på finaldagen, men premiene kan tas med av andre i klubben om man ikke kan delta på finaldagen.

Resultater

Resultater legges ut på Eventor og Mjøs-O sin hjemmeside så fort de er klare. Trøyeresultatene krever litt manuell regning, og kommer så fort de er klare på samme sidene.

Påmelding

Påmeldingsfrist: Mandagen før hvert løp, innen klokken 20.00 i Eventor.

Til finalen: Torsdag klokken 20.00.

Siste frist for etteranmelding er på løpet 1 time før start.

Lånebrikker og startnummer

Alle klubber sørger for at egne deltakere har løperbrikker, arrangørene ordner ikke lånebrikker.

Alle løpere får utdelt startnummer i lagsposen før start på hver etappe.

Husk å ta med egne sikkerhetsnåler. Reserve finnes på arena.

Start

N-åpen: start etter eget ønske på alle etappene fra 15 min før første start i øvrige klasser til siste start i øvrige klasser.

Øvrige klasser starter i henhold til hva som står i startlistene for det enkelte løpet. Startlister finnes på Eventor noen dager før konkurransene.

N-, C- og D/H 11-12 får kart på arenaen, selvbetjening/i lagsposene.

Startkontigent pr. løp er kr 50,-

Mjøs-O klubbene

Elverum OK

Gjøvard OL

Hadeland OL

Hamar OK

Lillehammer OK

Løten OL

OL Toten-Troll

OL Vallset/Stange

Ringsaker OK

Snertingdal IF Orientering

Vang OL

Kontaktinformasjon Mjøs-O

Ludvig Rødnes

ludvig1612@gmail.com

91996047

Hovedarrangør



Sponsorer

Nammo



MJØSEN SKOG

TRIMTEX