



Mjøs-O har gleden av å invitere til NAMMO-CUPEN 2022

Et vilt, vakkert og rått ungdomsarrangement!

Nammo-cup	Dato	Sted	Type løp
1	20.april	Hamar	Sprint i gater
2	18.mai	Løten	Mellomdistanse – parstart
3	15.juni	Snertingdal	Langdistanse fellesstart
4	24.august	Lygna/Hadeland	Mellomdistanse
5 - finale	17.september	Gjøvik	Jaktstart, forkortet langdistanse.



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.

Etappe 1: 20.april Sprint Arrangør: Hamar OK og Vang OL.	Etappe 2: 18.mai Mellomdistanse. Parstart for klassene H/D13-14, H/D15-16 og H/D17-20. Arrangør: Løten OL
Etappe 3: 15.juni Langdistanse fellesstart (for alle utenom N-åpen og H/D10). Arrangør: Snertingdal IF.	Etappe 4: 24. august Mellomdistanse Arrangør: Hadeland OL.
Etappe 5: 17. september Finale, jaktstart (ingen jaktstart i N-åpen og H/D10). Forkortet langdistanse. 3 av 4 innledende løp teller i finalen. 1 poeng = 7 sekunder. Arrangør: Gjø-Vard OL	Nammo-cup-samling: 17-18.september Direkte etter finalen. For løpere fra 13 til 20 år. Egen O-trolleir for dem under 13 år i regi av kretsen. Arrangør: Gjø-Vard OL og Mjøs-O, samt deltakelse på løp arrangert av Snertingdal IF.

Sponsorer

Nammo



Skyttermoen
anlegg



Furberglaaven.no

Utleie av leiligheter
Hamar

TRIMTEX

<p>N-Åpen (Nybegynnerløype, N1) Helt enkel løype for nye o-løpere. For løpere i alle aldre til og med 20 år. Ingen jaktstart</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 4 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 4 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 4 fullførte løp.</p>	<p>H10, D10 (Nybegynnerløype, N2) N-nivå løyper for dem som er opp til 10 år. Ingen rangering på resultatliste, men en mulighet til å teste seg på et nivå vanskeligere løyper enn N1 nivå.</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 4 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 4 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 4 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 4 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 4 fullførte løp.</p>

Klasser
Poengberegning trøyer
Gul ledertrøye – ”Leder”

Sponset av Nammo, Trimtex og Skyttermoen anlegg.

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 Skyttermoen anlegg.

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 4 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 og Trimtex, hvis man har deltatt i minst 3 løp.

Årets deltakerpremie vil være en løpstights av høy kvalitet
Trøyepremier til totalvinnere og spurt-/spesialtrøyevinnerne.

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

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.

Nybegynnerpåmeldingen ved løp 1 vil være åpen til onsdag kl 12.00.

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
Gjø-ward 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

Eskil Sande Gullord
eskil.gullord@hotmail.com
48074229

Hovedarrangør

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



Sponsorer

Nammo



Skyttermoen
anlegg



Furberglaaven.no

—
Utleie av leiligheter
Hamar

TRIMTEX