



106 -ÅRSLØPET
Eksismoa, Bjørkelangen
17 September
NMK Aurskog Høland - Etappe Enduro



EOTIMING
NESS



LØPS PM versjon 2

106 Års Løpet, NESS 4, forenklet Enduro Etappe, 17.sept.2022

Oppdatert 12.09.2022

Endringen gjelder antall runder på hovedløpet og stevneleder.

Løpsopplysninger:

Sekretariat/Innsjekk:

I klubbhuset på Eksismoa motorpark, Bjørkelangen (Se kart under).

Åpningstider innsjekk: Fredag 16.9 kl. 18:00 – 20:00 og Lørdag 17.9 kl. 08:00 – 10:00.

Innsjekk for 5-10, 11-15 og C-rekruert 14-99 stenger kl.08:45 lørdag 17.9

Husk å medbringe gyldig lisens, samt medlemsbevis i klubb.

Teknisk kontroll:

Det tas stikkprøver i depotområde på Eksismoa, Bjørkelangen (Se kart under).

Lørdag 17.9 kl. 09:00 – 11:30.

Parkeringsdepot:

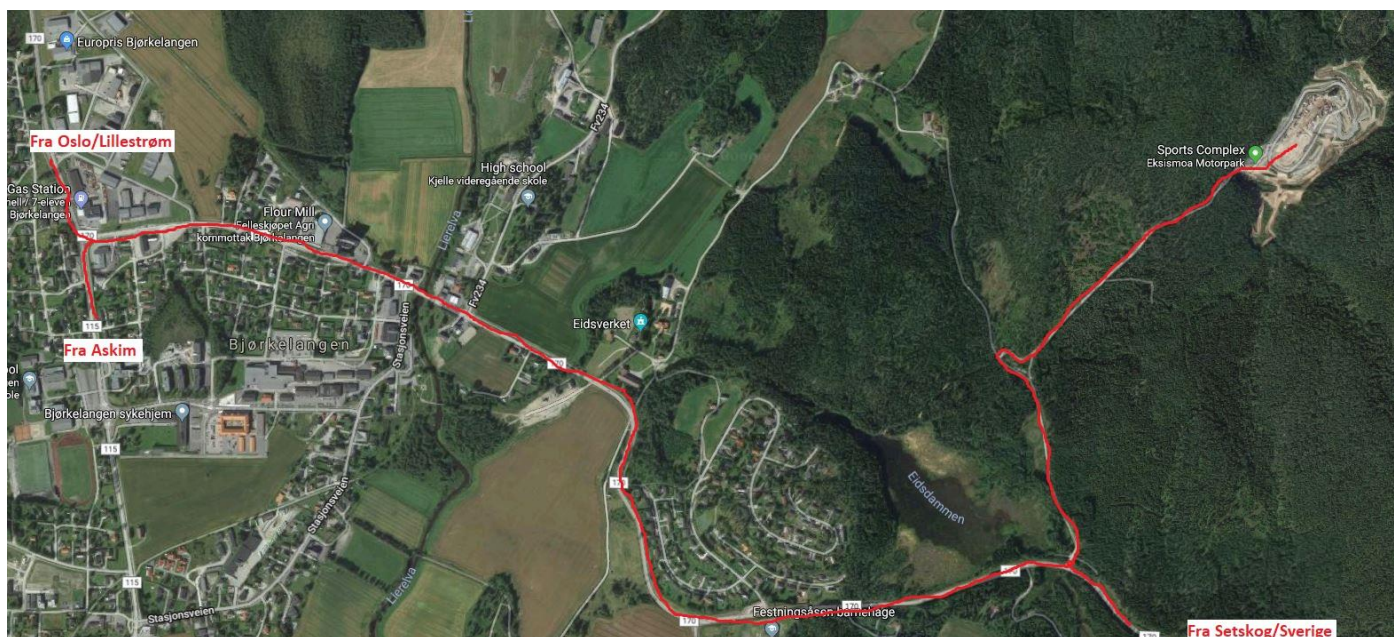
- I depotområde på Eksismoa, åpner 16:00 fredag 17.9
- Du vil bli møtt av parkeringsfunksjonærer som anviser plasser.
- Dersom man ankommer torsdag kveld, eller fredag etter kl. 22, må man påberegne å måtte flytte på seg neste morgen.
- Ønsker man å stå samlet med andre i depot, må man ankomme sammen.
- Ved spørsmål, kontakt depot ansvarlig, Lars Erik Skjønhaug på tlf. 950 72 340.
- Det er muligheter for leie av strøm mot en avgift på 200,-

Service depot:

- Depot vil ha oppmerkede plasser, som tildeles ved ankomst og området fungerer som serviceområde under løpet.
- Det er lov å kjøre mc i depot/serviceområde, dette må foregå hensynsfullt og i gangfart!
- På løpsdagen er det røykeforbud i Service depot. Området vil patruljeres av depot vakter. Husk miljømatte og eget brannslukningsapparat.

Veibeskrivelse:

Legg inn Eksismoa Motorpark, eller NMK Aurskog-Høland i google maps. Kjør IKKE inn til Eidsverket om google maps skulle foreslå dette, følg denne enkle kartbeskrivelsen;



Klasser:

Det konkurreres i følgende klasser:

- Elite 24-50
- Junior Elite 16-23
- Damer Elite
- Ungdom 13-16 125ccm
- Bredde 14-29
- Bredde 30-39
- Bredde 40-49
- Bredde 50-59
- Bredde 60+
- Damer Bredde

Det kjøres oppvisning for følgende klasser i forkant av løpet:

- Barn 5-10, Egen trasè i Eksismoa
- Ungdom 11-15 85ccm og C-rekrutt 14-99, Kjører forenkla trase, med jordeprøve og enduroprøve.

Premiering:

Hovedløpet:

- Premiering alle klasser fra 1. pl til 6. pl

Premieutdeling for hovedløpet vil skje ca. kl. 16:20

Oppvisning:

- Alle førere i oppvisningsklassene 5-10 og 11-15 mottar deltakerpremie.
- Premiering 1.pl til 6.pl C-rekrutt 14-99
- Premieutdelingen for oppvisningsklassene vil skje ca. kl. 12:30

Startnummer:

Det benyttes egne startnummer som er booket fra NMF

Transpondere:

Vi kjører tidtaking med EQ-Timing som benytter RF (Radio Frekvens) tags. Man får utlevert egen tag/klistrelapp som skal festes på sykkelen ved innsjekk. **Har man kjørt løp før med slike tag/klistrelapper MÅ disse fjernes.** Egen transponder blir derfor IKKE benyttet.

Start/Kjøretid:

- Førermøte oppvisningsklasser 5-10 / 11-15 og C-rekrutt 14-99 lørdag 17.9 kl. 09:30, ved sekretariat (innsjekk).
- Førermøte øvrige klasser, lørdag 17.9 kl. 11:30 ved sekretariat (innsjekk)
- Start Barneklasser 5-10 - Oppvisning, kl. 10:00 på banen i enden av depoet inne på Eksismoa. Kjøringen foregår med 10 min kjøretid, pause, og nye 10 min kjøretid. Det blir anledning til mye kjøring for de små, men det blir hyppige pauser slik at vi følger de regler som ligger i barneidrettsreglementet. Det vil være en egen aktivitetsleder tilstede og ansvarlig for denne klassen hele dagen, men det forventes at foreldre er tilstede og bidrar der det trengs. Den «offisielle» oppvisningen avsluttes kl.11:30.
- **For ungdom 11-15 og C-rekrutt 14-99 starter vi med transport fra Eksismoa klokken 10:00, og kjører til jordeprøven i følge med marshaler. Der kjøres det 3 runder før det kjøres samlet transport med marshaler opp igjen til Eksismoa for så å kjøre 3 runder i enduroprøven. Avsluttes til kl.11:30. (egen løype)**
- Start Øvrige klasser- Hovedløp, fra kl. 11:50-16:00.
 - Ingen respittid, siste runde må være gjennomført innen kl. 16:00
 - Det starter med transport fra Eksismoa og ned til jordeprøven, der første start går kl. 12:00
 - Man styrer selv hvordan man vil disponere tiden, det kjøres individuell start
 - Vi sender av gårde klassene i følgende rekkefølge;
 - Elite, Junior Elite, Dame Elite, Bredde 14-39, Bredde 40-49, Bredde 50+, Damer Bredde og Ungdom 13-16 til slutt
 - Tre og tre førere slippes av gårde fra Eksismoa og ned til jordeprøven med ca. 30 sek mellomrom. Ut fra prøvene starter vi førerne med ca. 10 sek mellomrom.
 - Under prøvene så gjelder prinsippet om å vike for raskere førere, og vi oppfordrer alle til å vise hensyn og bidra til at alle får en fin dag på løp!

- Løpet består av 2 Spesial Prøver (SP) pr. runde
- Neddriving av banemarkeringen og avkortning av banen på grunn av dette, vil straffes med tidsstraff!
- Det tas forbehold om at det kan bli små justeringer frem til løpet!
- Alle tider er cirka angitt!
- Rundetid er ca. 18-25 min (2 prøver og transport tur/retur)
- En runde starter med transport fra Eksismoa til jordet, og avsluttes i Moa, da har vi kontroll på at alle førere er kommet inn ved målgang, samt at man har anledning til å få litt lunk på motoren før start.
- Rundene skal kjøres annenhver gang, med første runde på crosstest på jordet. En runde regnes i følgende rekkefølge; Transport fra Eksismoa til jordet – cross test på jordet – transport tilbake til Eksismoa – enduro test i Eksismoa.
- Antall runder som skal kjøres:
 - **6 runder på følgende klasser, der de skal kjøres i ovennevnte rekkefølge**
 - Elite
 - Junior Elite
 - Damer Elite
 - **6 runder på følgende klasser, der de skal kjøres i ovennevnte rekkefølge**
 - Bredde 14-39
 - Bredde 40-49
 - Bredde 50+
 - Ungdom 13-16
 - **4 runder på følgende klasser, der de skal kjøres i ovennevnte rekkefølge**
 - Damer Bredde
- Det legges inn en forenklet tidskontroll på transport, der man må innom for å få en strips på styret. På den måten holder man enkelt oversikt over antall runder.
- Runder kan endres ved evt. vær utfordringer

Transportetapper - Viktig:

Etter avtale med grunneier og naboer, er det en fartsgrense på 40 km/t, for all transport, som går på vei! Om det er støvproblemer, er det viktig at alle tar hensyn til dette og bidrar til å minske støvproblemene med å holde lavere fart. (Fra og til crosstest på jordet)! Både med tanke på sikkerhet, og for å kunne arrangere slike løp også i fremtiden, ber vi alle om å ta et ansvar for dette. Er du i tvil om hastigheten, så legg deg under. Det er ingen tidspress på transporten denne dagen!!

Det er meget viktig at de aktuelle fartsgrenser overholdes! Det kommer til å være strenge kontroller og overskridelse vil kunne medføre utelukkelse/diskvalifikasjon fra løpet.

Det kan forekomme gjennomsnittsmåling og overtredelse straffes første gang med 10 minutters tillegg i tiden, andre gang med utelukkelse/diskvalifikasjon.

Det er viktig å huske at løpet vinnes ikke på transporten men på prøvene!

Det vil være møtende trafikk på transportetappen.

Følgesykkel er tillatt på transportetappene og på SS prøvene for 11-15 og C-rekrutt 14-99. Føreren av følgesykkel skal ha på gul/oransje vest. De som skal følge 11-15 og C-rekrutt 14-99 skal også registreres på teknisk kontroll. Videre skal følgere på uregistrerte sykler i 11-15 og C-rekrutt 14-99 klassen, registreres for

lisenskontroll og de er da deltakere med de rettigheter og plikter det medfører! Det vil være flere marshaler på prøvene som også vil kunne bistå de minste.

Følgesykkel for alle andre klasser er kun tillatt med registrerte sykler, og kan kun kjøres på offentlig vei. Startnummer skal tapes over. Utøvere i andre klasser enn 11-15 og C-rekrutt 14-99 kan kun motta briller og drikke underveis, all annen hjelp skal foregå i serviceområde.

Også viktig å merke seg:

- All sladding, unødig spinning og bakhjulskjøring på transportetappene sanksjoneres med kr. 2000.- i bot og 60 minutters tidstillegg.
- Ungdom 11-15 og C-rekrutt 14-99 deltagere kan motta hjelp i banetraseen.
- Det vil bli gitt informasjon om tidtakersystemet på førermøte lørdag kl. 09:30 og kl.11:30 (øvrige klasser).
- Tidtaking foregår EQ timing sitt system
- Tidtaking kan følges live på www.eqtiming.com

Masterrunde/testkjøring:

Det er ikke masterrunde eller kjøring før løpet. Prøvene kan besiktes fra fredag ettermiddag, men det er ikke tillatt å benytte motorisert kjøretøy for denne besiktingen.

Førerprofil til speaker:

- For at vår speaker, Atle Olsen, skal kunne gjøre en best mulig jobb, vil alle førere ved innsjekk få utlevert et "Førerprofil skjema", som vi henstiller alle om å fylle ut og innlevere ved innsjekk.

Miljø:

- Det er søppelsekker plassert ut ved SP`er og i depot.
- Søppelcontainer i depot.
- Forbud mot Tear Off!!!
- Det er miljøstasjon på serviceplassen.
- Miljømatte er påbudt i depot! Manglende bruk av dette sanksjoneres på samme måte som forsøpling!
- Forsøpling sanksjoneres med kr. 1000.- i bot.

Sanitet:

- Ambulanse og lege er stasjonert i tilknytning til depot område.
- Førstehjelpspersonell er i tillegg stasjonert ute på - jordeprøven
- Samband til alle funksjonær lokasjoner.

Diverse informasjon:

- Det er ikke drikkevann i anlegget, så dette må medbringes!
- Vær obs på event. brannfare og medbring brannslukkingsapparat!
- Toaletter er tilgjengelig i depot.
- Ved betaling kan det benyttes Vipps og bankkort.

Kontaktpersoner:

- | | | |
|-----------------------|-----------------------|-------------------|
| • Jury Leder | Trond Borstad | 414 69 594 |
| • Stevneleder: | Ronny Larsen | 932 36 603 |
| • Depotansvarlig: | Lars Erik Skjønhaug | 950 72 340 |
| • Teknisk Ansvarlig: | Kai Kaspersen | 907 11 262 |
| • Klubbens kontakt: | Hans Kristian Bernhus | 988 34 483 |
| • Lege | Omeir | 938 99 546 |
| • Trasé Eksismoa | Andrè Holmedal | 977 68 076 |
| • Trasè Jordet | Hans Kristian Bernhus | 988 34 483 |

Informasjon frem mot løpsdagen:

Ytterligere oppdatering av informasjon vil være tilgjengelig på arrangementets åpne Facebook side, som du når ved å klikke [106 Årsløpet -Etappe enduro | Facebook](#)

106-års løpet 2022

MENY

DRIKKE

Kaffe kr. 15,-

Brus kr. 30,-

Yt kr. 25

MAT

vaffel kr. 20,-

Toast kr. 25,-

Pølse i lompe kr. 25,-

Frukt kr. 5,-

Müslibar kr. 10,-

Snacks

Sjokolade kr. 20,-

Chips kr. 20,-

Kjærlighet kr. 5,-

ÅPNINGSTIDER KIOSK

Fredag 16.sept kl.18:00-20:00.

Lørdag 17.sept kl.08:00-17:00.