



# Terminliste for Suldal O-lag 2018

## Sommar-Karusellen



### Vår-sesongen :

vekenr	Dag	Dato	Kva arr.	Kor	Arrangør/løypeleggjar
v. 17	Onsdag	25.04.	3. kurskveld og medlemsmøte	Joagarden barnehage	Tr.& R. Komm. Styret
v. 18	Onsdag	02.05.	1. O-karusell	Vinjar-kartet	Jon / Øyvind (JE)
v. 19	Onsdag	09.05.	2. O-karusell	Markos-vatnet, Nord	Jarand/Jostein/Ingjerd
v. 20	Onsdag	16.05.	3. O-karusell, sprint/mellom	Stegåsen, Jonsokplassen	Stig Morten
v. 21	Onsdag	23.05.	4. O-karusell	Sandsa, Nord	Odd Rune
v. 22	Onsdag	30.05.	5. O-karusell	Ørekvam, oppe	Sidsel
v. 23	Onsdag	06.06.	Tur-O-opning	Mosvatn-området	Tur-O-gruppa/styret
v. 24	Onsdag	13.06.	6. O-karusell-sprint/mellom	Veddal/Gullinghuset m. avslutning	Ingrid N.L./Jan Erik/ Styret
v. 25	Onsdag	20.06.	Skule-avslutning	Ikkje O-løp	

### Haust-sesongen :

v. 33	Onsdag	15.08.	Førebuing kretsløp	Ikkje O-løp	Styret
V.33	Lørdag	18.08.	KM –Lang	Gullingen-kartet	Jan Erik/styret løpsleiar
v. 34	Onsdag	22.08.	7. O-karusell	Sandsaosen, aust	Michael
v. 35	Onsdag	29.08.	8. O-karusell	Augnastølen, Oppe	Magnar
v. 36	Onsdag	05.09.	9. O-karusell	Hedlebrekk	Reidar
v. 37	Onsdag	12.09.	Klubbmeisterskap, og 10. O-karusell	Mosåna, Oppe	Albert/(Bjørn/Unni)
v. 38	Onsdag	19.09.	11. O-karusell, sprint/mellom	Nesflaten	Kjersti/Jan Erik
v. 39	Onsdag	26.09.	12. O-karusell, sprint/mellom	Gullingen, Bålstova	Kari/Torkel/(Jan Erik)

**Sommar-Karusell løpa har 4 løyper, medan sprintløpa har 2. Sjå baksida. Eigen trimklasse i alle løpene.**

**Startpengar :** Gratis for medlemmer kr. 20 for andre.  
**Starttid Sommar-Karusell :** 18.00 – 19.00  
**Starttid i sprintløp:** 17.30 – 18.30

**Premiering :** Alle som har delteke i minst 4 karusellar. Dei 7 beste plasseringane gjeld i samanlagt-resultatet.

Hugs heimesida vår for resultat og anna: [www.wp.suldal-o-lag.no](http://www.wp.suldal-o-lag.no) og Facebook-sida.

**Treng du skyss til løpa?**

Samkjøring frå Suldalshallen og Samfunnshuset i Suldal kl 17.30, ev ring og avtal sjølv.

**På Sand kan du ringe til:** Magnar Nerheim; 48009837, Michael Willig; 99025831, Reidar Blesvik; 91611401

**På Osen kan du ringje til:** Jan Erik Kristensen; 98069201; Jon Nærheim, 48164407, Ingvar Olimstad; 95974901

**Set av onsdagen til orientering – og vel møtt i skogen!!!**

(PS – tips til løypeleggjarar på baksida)

## For Løypeleggjarane i Suldal O-lag:

Sommar-Karusell løpa skal leggjast med 4 løyper; slik:

N	1,0 – 2,0	Nybyrjarløype – <b>ikkje registrera tid</b>
C	1,8 – 2,8	Kort løype, for unge løparar med litt røynsle
B/(C)	2,3 – 3,2	Mellom løype
A	2,8 – 5,0	Lang løype

- For utvikling av unge løparar, kombinerast kort og mellom-løypa, lang-løype for seg.
- Vurder løpelengde etter terrenget, mykje høgdekurver eller krevjande terreng kan ha kortare lengder.
- Treng du veiledning eller tips til løypelegginga kan du kontakte: Jan Erik K., Magnar N., Reidar B., eller Albert N. Tlf. nr. finn du på framsida.
- Hugs: rette kodar på postane, og riktig postbeskrivelse.
- Tips: Last ned Purple Pen gratis, få kartfiler av Michael Willig, og prøv deg fram på PC'en med løypelegging. Lenkje til programmet finn du her: <http://purplepen.golde.org>
- Poster til løpet får du av Magnar, Tidtakerutstyr, brikker og kompass – Michael.
- Til slutt: Send resultatliste, med litt tekst til Jan Erik K. på e-post: [jan-er-4@online.no](mailto:jan-er-4@online.no)

Sprint/mellom-løpa har 2 ev 3 løyper:

N/C	1,3 – 2,0	Nybyrjar/kortløype
A	2,0 – 2,9	Mange postar – mykje vinklar/variasjon i strekk.
(B	1,8-2,3	Evt. avkorting av A-løypa)

## Andre Kretsløp i Rogaland i 2018:

Det er råd å springe større kretsløp nesten kvar veke i Rogaland O-krets. Dei mest aktuelle løpa vil me leggje ut på nettsidene våre i forkant av påmeldingsfristen. Men, du kan òg gå inn på terminlista online og finne O-løpa sjølv. Her har du lenkja til terminlista for heile Norge:

<http://eventor.orientering.no/Events>

Elles kan du òg finne løp i Hordaland som kan passe. Dette vil koma på heimesida. Snakk med Magnar om påmelding.