



# Terminliste for Suldal O-lag Sommar-Karusellen 2022



## Vår-sesongen :

vekenr	Dag	Dato	Kva arr.	Kor	Arrangør/løypeleggjar
v. 18	onsdag	04.05	3. kurskveld og medlemsmøte	Stegåsen frå Joagarden barnehage	Tr & R komiteen, Tom Steinar/ styret
v. 19	Onsdag	11.05	1. O-karusell	Brakåsen, sprint/mell.	Jon/Øyvind
v. 20	Onsdag	18.05	2. O-karusell	Mosåno, nede	Michael/Tormod
v. 21	Onsdag	25.05	3. O-karusell, sprint/mellom	Stegåsen, Jonsokplassen, sprint	Stig Morten/Vebjørn
v. 22	Onsdag	01.06	4. O-karusell	Hedlebrekk -nytt kart	Heine/Jan Erik
v. 23	Onsdag	08.06	Tur-O-opning	Mosvatn-området	Tur-O-gruppa/styret
v. 24	Onsdag	15.06	5. O-karusell-sprint/mellom	Gulling-huset	Magnar/Reidar/Eskil
v. 25	Onsdag	22.06	Skule-avslutning	Ikkje O-løp	

## Haust-sesongen :

v. 34	Onsdag	24.08	6. O-karusell	Ørekvam, oppe	Kari/Torkel
v. 35	Onsdag	31.08	7. O-karusell	Mosåna, oppe	Jarand/Siri
v. 36	Onsdag	07.09	8. O-karusell	Sandsaosen, Nord ?	Odd Rune/Michael
v. 37	Onsdag	14.09	Klubbmeisterskap, og 9. O-karusell	Gullingen skisenter	Sidsel/Øyvind og Jon
v. 38	Onsdag	21.09	10. O-karusell, sprint/mellom	Nesflaten	Albert/Tom Steinar /Tor Inge
v. 39	Onsdag	28.09	11. O-karusell, sprint/mellom	Brakåsen, Speiderhytta	Jan Erik/Else K/Raymond

**Sommar-Karusell løpa har 3-4 løyper, medan sprintløpa har 2-3. Sjå baksida. Eigen trimklasse i alle løypene. I alle løpa kan du ta løypene frå og med onsdag til lørdag. Inntaking av poster på søndag.**

**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 3 karusellar. Dei 7 beste plasseringane gjeld i samanlagt-resultatet.

Hugs heimesida vår for resultat og anna: [www.suldal-o-lag.no](http://www.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, Sidsel Økstra; 95947018

**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 løypelengde 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 finn du på klubbhuset. Tidtakerutstyr, brikker og kompass – har Michael.
- Til slutt: Send resultatliste, med litt tekst til Jan Erik K. på e-post: [jan.erik.kristensen@suldal.kommune.no](mailto:jan.erik.kristensen@suldal.kommune.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 2021:

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.