



KOK «Pizza» Cup 2022

Tirsdager fra 6. september til høstferien arrangerer KOK Pizza cup med barne- og ungdomsløyper. De fleste gangene fra Klubbhuset med start kl. 18.00 (se program under). To av løpene er KSO – Kristiansand Sprintorientering. Også voksne kan prøve på løypene.

Det blir løyper med 4 forskjellige vanskelighetsgrader. Grønn (nybegynner), Blå (litt utfordrende), Rød (litt mer utfordrende) og Svart/A-løype (den vanskeligste). Løypene er ca. 1,5 – 4 km lange.

Det blir elektronisk tidtaking. Du får nødvendig instruksjon og kan låne emit-brikke om du ikke har egen. Forhåndspåmelding i eventor gjør det lettere for arrangørene og er derfor høyst ønskelig. Vi hjelper gjerne til med påmelding.

KOK Pizza Cup er gratis for alle klubbens medlemmer. For andre er deltageravgiften kr 200 (0-12 år), kr 300 (13-16 år) og kr 400 for eldre. I deltageravgiften inngår medlemskap i KOK for høsten 2022.

Det blir premier til alle barn og ungdommer som fullfører minst treløp. Premieutdeling blir etter løpet tirsdag 27. september.

Plan KOK Pizza Cup 2022

Dato	Løp	Oppmøte	Oppmøtetid
6.sept	Pizza cup #1	Klubbhuset	kl.1800
13.sept	KSO / Pizza cup # 2	Baneheia	kl.1800
20.sept	Pizza cup # 3	Klubbhuset	kl.1800
27.sept	KSO og Pizzacup finale	Dyreparken	kl.1700

Klasser og Løyper

Grønn Løype

Gutter 8-10 år, Gutter 11-14 år,
Jenter 8-10 år, Jenter 11-14 år

Blå Løype

Gutter 11-16 år, Jenter 11-16 år

Rød Løype

Gutter 13-16 år,
Jenter 13-16 år

Svart Løype

Junior og voksen

GENERALSPONSOR



HOVEDSPONSOR



TORVKVARTALET



LEVERANDØR-
SPONSOR



SØRLANDET
OSTEOPATI & FYSIOTERAPI



Mer informasjon kommer på Facebook KOK Minitasser, KOK Råtasser og Facebook KOK ungdommer, www.kok.no og eventor.

Velkommen!

KRISTIANSAND ORIENTERINGSKLUBB

TILSLUTTET NORGES IDRETTSFORBUND OG NORGES ORIENTERINGSFORBUND



KRISTIANSAND ORIENTERINGSKLUBB

TILSLUTTET NORGES IDRETTSFORBUND OG NORGES ORIENTERINGSFORBUND



Litt forklaring av løypenes letthetsgrad. Delvis hentet fra Norges Orienteringsforbund

GRØNN	<p>Enkel orienteringsløype hvor du kan følge stier og andre tydelige ledelinjer som f.eks. bekker, vannkant og kraftledninger mellom postene. Løypa har et opplagt veivalg langs sammenhengende ledelinjer, men kan i tillegg ha kuttemuligheter mellom postene på noen strekk. Postene henger maks 15 meter fra ledelinjen, men er samtidig godt synlig fra stien/ledelinjen.</p>	<p>Passer for alle som er nye i orientering, samt KOKs Råtasser 7-12 år. De yngste må ha med voksen gjennom løypa</p>
BLÅ	<p>Litt mer avansert begynnerløype (nokså lett) Følger stort sett stier/ledelinjer, men enkelte steder må du forlate stien/ledelinjen. Løypa kan ha noen strekk med flere veivalgsmuligheter. Postene henger på en stor og tydelig detalj maks 100 meter fra stien/ledelinjene. Det er en sikker og tydelig oppfangende detalj bak posten om du skulle komme for langt.</p>	<p>Passer for alle som har litt erfaring med orientering og behersker nybegynnerløyper. KOKs ungdomsløpere 11-16 år som har vært med litt tidligere.</p>
RØD	<p>Ei løype for de som ønsker litt mer utfordrende løype. Du bør beherske blå løype på en grei måte før du løper denne. Løypa inneholder enkelte strekk hvor du orienterer uten tydelige stier/ledelinjer. Kan være noen strekk hvor du utfordres til å løpe på retning/kompass samt må ha litt forståelse for høydekurver. Noen poster kan være plassert på mindre, men fortsatt tydelige detaljer. Det er en sikker og tydelig oppfangende detalj bak posten (100-200 meter).</p>	<p>Passer for alle som har en del erfaring med orientering og behersker løyper på blå nivå på en god måte. KOKs ungdomsløpere 11-16 år som vil ha litt mer utfordring enn blå løype.</p>
A-løype SVART	<p>Ei løype for de mer erfarne løperne i alle aldre. Løypa er lagt opp for å gi variasjon og større o-tekniske utfordringer i den grad aktuelt terrengområde inviterer til dette.</p>	<p>Passer for de som behersker rød løype på en grei måte og ønsker størst mulig o-tekniske utfordringer.</p>