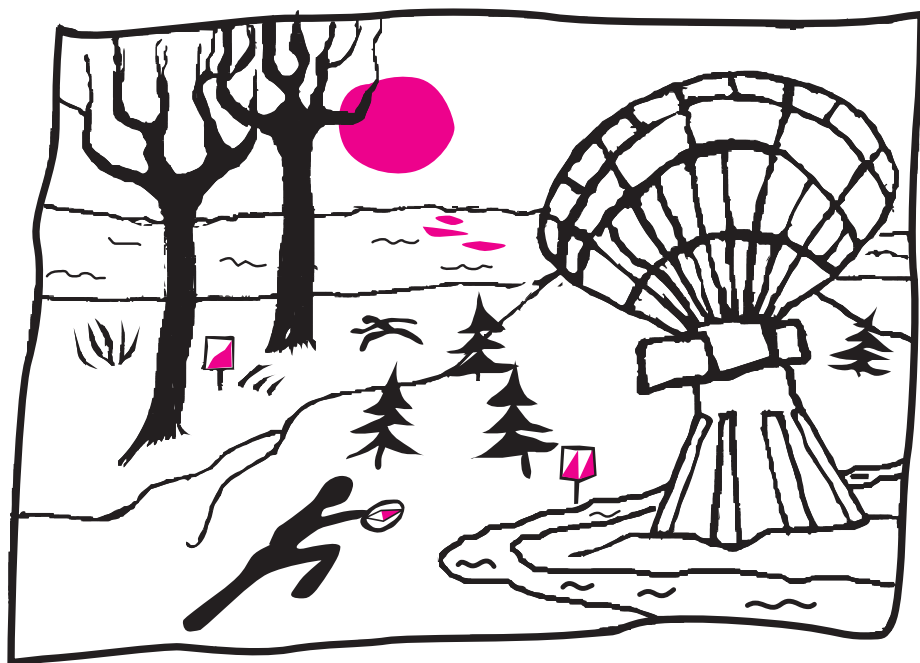


KAPA 2008

VENTSPILS-IRBENE



ORIENTĒŠANĀS TRĪSDIENAS
3-DAY ORIENTEERING



DARBA GRUPA

Sacensību direktors
Galvenais tiesnesis
Galvenā sekretāre
Galvenā tiesneša vietnieks
par distancēm
IOF kontrolieris
Apbalvošana
Datorbrigāde

Finances
Vecākie starta tiesneši
Sprinta galvenais tiesnesis
Sacensību ārsts
Sacensību serviss

Sporta karšu sagatavošana
Distanču dienests

Komentētāji
Komendants

Indulis Peilāns
Māris Blodons
Aija Zaula

Indulis Peilāns
Jurģis Krastiņš
Edgars Peilāns
Aigars Dūda, Inta Tabaka, Viesturs Ziediņš, Mārcis Lukšēvics,
Guntars Mankus, Kārlis Osis
Gunārs Ostups, Dzintra Rēķe
Andris Žilko, Tamāra Kosmačeva
Mārtiņš Līsmānis
Pēteris Novikovs
Juris Poļakovskis, Māris Grundšteins, Edgars Peilāns,
Reinis Putniņš, Jānis Peilāns, Marika Šadrina, Mārcis Ūdris,
Ainārs Lupiķis, Jāzeps Baško
Leonīds Malankovs, Indulis Peilāns, Jānis Gaidelis, Jānis Bergs
Volli Kukks, Edgars Saulītis, Sergejs Šadrins, Dace Lukšēvica,
Jānis Pērkons, Jānis Bergs, Andris Krūmiņš
Vilnis Veļķeris, Ēriks Lebedoks
Jānis Kalniņš

ACTION TEAM

Managing Director
Chief Referee
Chief Secretary
Assistant of Chief Referee,
Course Planning
IOF controller
Awards
IT support

Finance Officers
Senior Start Referees
Chief Referee, Sprint
First Aid
Services

Maps
Course Service

Commentator
Campsite Attendant

Indulis Peilāns
Māris Blodons
Aija Zaula

Indulis Peilāns
Jurģis Krastiņš
Edgars Peilāns
Aigars Dūda, Inta Tabaka, Viesturs Ziediņš, Mārcis Lukšēvics,
Guntars Mankus, Kārlis Osis
Gunārs Ostups, Dzintra Rēķe
Andris Žilko, Tamāra Kosmačeva
Mārtiņš Līsmānis
Pēteris Novikovs
Juris Poļakovskis, Māris Grundšteins, Edgars Peilāns, Reinis Putniņš, Jānis Peilāns, Marika Šadrina, Mārcis Ūdris, Ainārs Lupiķis, Jāzeps Baško
Leonīds Malankovs, Indulis Peilāns, Jānis Gaidelis, Jānis Bergs
Volli Kukks, Edgars Saulītis, Sergejs Šadrins, Dace Lukšēvica,
Jānis Pērkons, Jānis Bergs, Andris Krūmiņš
Vilnis Veļķeris, Ēriks Lebedoks
Jānis Kalniņš

ĢENERĀLSPONSORS

Viegli uzzināt



SACENSĪBU PROGRAMMA

Ceturtdiena, 26. jūnijs

No 16.00 līdz 22.00

dalībnieku ierašanās un reģistrēšanās sacensību centrā Ventspilī, «Piejūras kempingā»

Piektdiena, 27. jūnijs

No 9.30

dalībnieku reģistrācija **tikai** 1. dienas centrā Irbenē, «Vičakos», DIR grupām reģistrācija startā Nr. 1

14.00

starts 1. dienas sacensībām «Vičaku» apkārtnē

21.00

sacensību atklāšana un sacensību 1. dienas uzvarētāju apbalvošana sacensību centrā Ventspilī, «Piejūras kempingā»

Sestdiena, 28. jūnijs

11.00

starts 2. dienas sacensībām «Vičaku» apkārtnē

18.00

sprints Ventspilī

21.00

koncerts, zaļumballe, 2. dienas uzvarētāju apbalvošana

Svētdiena, 29. jūnijs

9.30

starts 3. dienas sacensībām Cirpstenes apkārtnē.

15.00

apbalvošana, loterija, noslēgums

Uzmanību! OPEN100 grupas dalībnieku svēšanās reģistrācijas laikā!

STARTA KĀRTĪBA, REZULTĀTU NOTEIKŠANA

1. Individuālais starts pēc izlozes (izņemot H8*, D8*, DIR grupas) visās trijās sacensību dienās. Rezultātu nosaka pēc trijās dienās uzrādīto laiku summas. Grupām H8*, D8* un DIR grupām starts brīvi izvēlēta laikā 2 stundu laikā no starta sākuma.

2. Kontrola laiks visās sacensību dienās 120 minūtes. Ja kādā dienā dalībnieks distanci neveic (diskvalificēts, nepiedalās utt.), kopvērtējumā viņš ieņem vietu aiz visās dienās distanci veikušajiem. Atklātajās (DIR) grupās ar tiešo startu kopvērtējums netiek noteikts.

3. **UZMANĪBU!** 1. sacensību dienā papildus tiks izcīnītas Aivara Prošenkova balvas par augstvērtīgākajiem rezultātiem starp visu vecumu pamatgrupām.

4. Pēc kopvērtējuma rezultātiem tiks izcīnīta SSC Ferries balva spēcīgākajām ģimenēm (vērtē pēc četru labāko rezultātu koeficientu summas, vismaz diviem rezultātiem jābūt jauniešiem līdz 18 gadu vecumam).

5. **UZMANĪBU!** Grupām, kuras startē no starta Nr. 2, 1. un 2. sacensību dienā – cits pēdējais KP, nekā no 1. starta startējušiem dalībniekiem.

6. **UZMANĪBU!** Dalībnieku drēbes, kas tiks atstātas startā uz finišu tiks nogādātas tikai pēc starta slēgšanas.

TRANSPORTS

Individuālie dalībnieki un klubi, kas ierodas uz sacensībām ar savu transportu (vieglās automašīnas, mikroautobusi, autobusi u.c.) un izmanto to sacensību dienās, iegādājas caurlaidi (2–5 Ls), kas dod tiesības novietot (iebraukt, izbraukt) transporta līdzekļus sacensību centra stāvvietās Piejūras kempinga apkārtnē, 1. un 2. dienas stāvvietās “Vičakos”, kā arī 3. dienas stāvvietās Cirpstenes apkārtnē.

Caurlaidei jābūt piestiprinātai uz automašīnas priekšējā stikla labajā augšējā stūrī.

Transporta iebrukšana Piejūras kempingā tikai ar Piejūras kempinga caurlaidēm.

PAPILDU INFORMĀCIJA

1. Sacensību laikā sacensību finiša rajonā bērnodārzā mazuļus (no 2 gadu vecuma) pieskatīs audzinātāja.

2. Kafējnīca sacensību centrā un katras sacensību dienas finiša rajonā

Pateicamies par atbalstu

**Tīnai Ķuzei, Mārim Peilānam, Tomasam Kotovičam,
Meritai Jaucei, Andrim Kreceram, Jānim Sanderam,
Egnaram Gudriķim, Kasparam Lapsam, Jānim Turlajam, Unai
Libkovskai, Jānim Meijuberam**

COMPETITION PROGRAMME

Thursday, June 26

16.00–22.00

Arrival and registration at Event Centre in Ventspils, «Piejūras kempings».

Friday, June 27

From 9.30

Registration only at Day 1 Competition Centre in Irbene, «Vičaki».

14.00

Day 1, start in Irbene, «Vičaki».

21.00

The Opening Ceremony, Day 1 prize giving at the Event Centre «Piejūras kempings»

Saturday, June 28

11:00

Day 2 start in Irbene, «Vičaki».

18.00

Sprint Race in Ventspils

21.00

Concert, Day 2 prize giving, outdoor party at the Event Centre

Sunday, June 29

9.30

Day 3 start in Cīrpstene

15.00

Prize-giving, lottery and event closing ceremony.

Note: Weighing of the **OPEN 100** participants will be done during the registration.

START, RESULTS

1. Individual start order is set by draw on all three competition days (except for H8*, D8* and DIR groups). Final results according to the total accumulated time of three days. For groups H8*, D8* and DIR, free start within 2 hours after the first start.

2. Time limit for each competition day – 120 minutes. If participant does not participate on one of the competition days (no-show, disqualified, etc.) he/she will be positioned after those who finish all three races. For participants of DIR groups, totals will not be calculated.

3. Day 1 competition simultaneously is a contest for Aivars Prošenkovs memorial prize for the highest-quality results among the participants of all core groups.

4. SSC Ferries prize to the best family results will be calculated from the total scores (the aggregate of 4 best scores in the family, at least 2 participants under 18).

5. **Attention!** Groups starting from START 2 on Day 1 and Day 2 will have a different last control than those starting from START 1.

6. **Please note!** Clothes left at START will be delivered to FINISH only after close of start.

TRANSPORT

Individuals and clubs arriving on their own vehicles (cars, vans, buses, etc.) should obtain an Entry Permit (2.00–5.00 Ls). This permit will grant the right to enter and park the vehicle in the parking space near "Piejūras kempings", parking lots of Day 1 and 2 competition sites in "Vičaki" and Day 3 parking lots in Cīrpstene.

Entry permit should be visible and attached to the windshield at the top right-hand corner.

Only permits issued by "Piejūras kempings" will be valid for the entry in the camping site.

ADDITIONAL SERVICE INFORMATION

1. At the finish small children (from 2 years) will be taken care of.

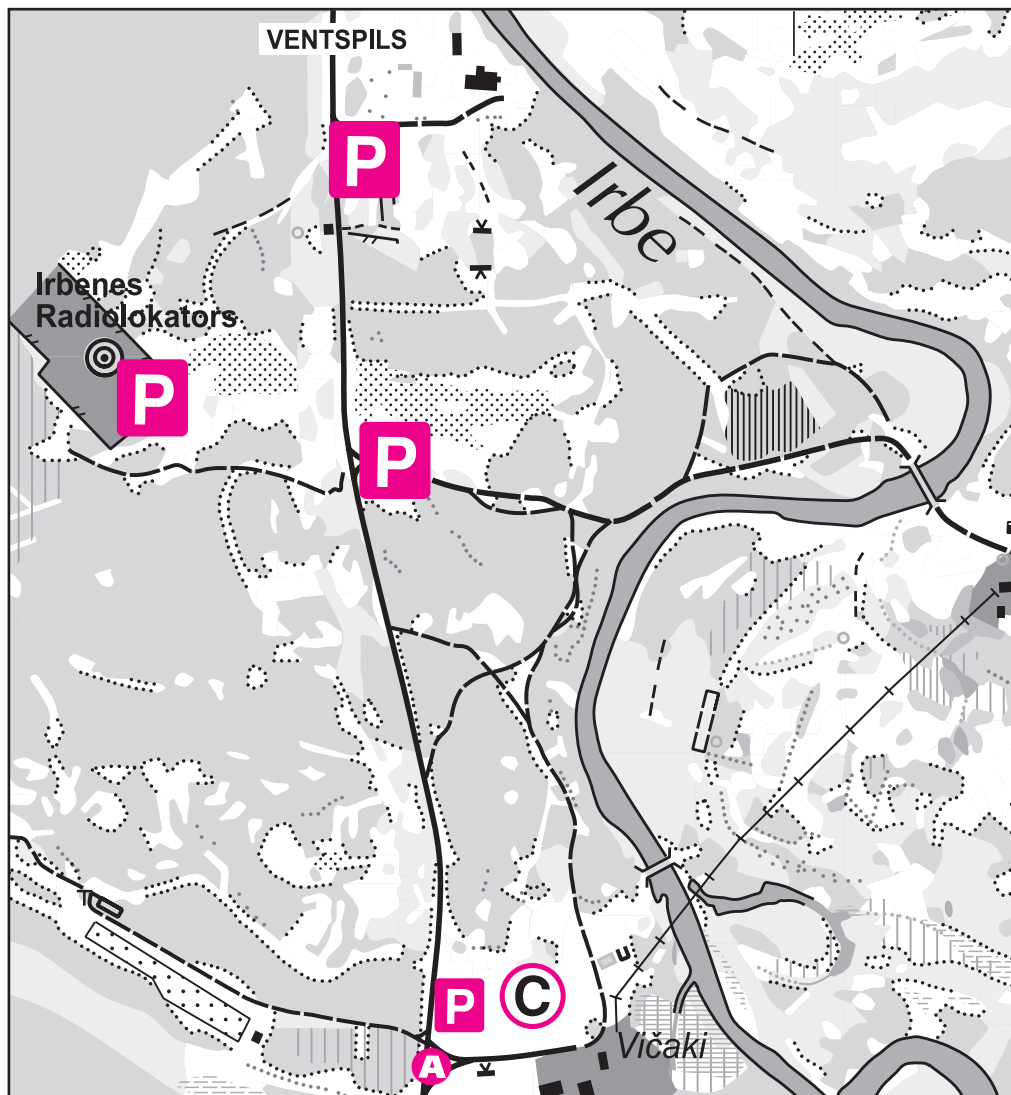
2. Toilets and showers will be available at the finish areas

3. Cafeteria in the finish area of each competition day.





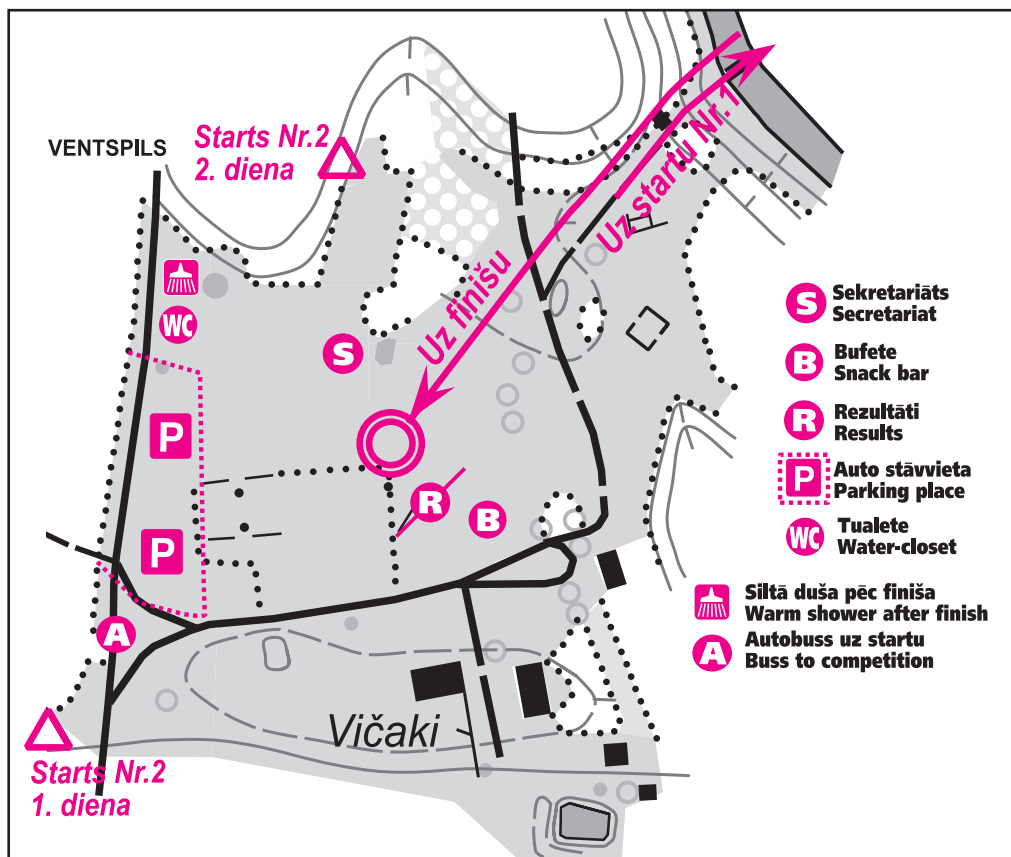
SACENSĪBU 1. un 2. DIENA
1st and 2nd DAY



 **asics**

 **Electrolux**

SACENSĪBU 1. un 2. DIENA 1st and 2nd DAY



LATVIJAS VALSTS MEŽI

KARŠU IZDEVNIECĪBA



NOKIA
CONNECTING PEOPLE

KlimaPro

VENDEN

Impro
CEĻOJUMI

TEHNISKĀ INFORMĀCIJA

1. Sacensību rajoni

1. un 2. diena Irbenē, Irbes upes apkārtnē. Pārsvārā priežu mežs ar labu un vidēju caurskrienamību. Kāpu reljefs ar daudzām sīkām formām. Starp reljefa grēdām atrodas ezeri un purvainas joslas- viga, ar dažādu caurejamību un mitruma pakāpi. Kartē ir mēģināts parādīt purvu mitruma pakāpi uz sacensību brīdi. Ar nepārejama purva zīmi bez melnās līnijas apkārt attēloti purvi, kuri pašlaik vēl ir pārplūduši, bet ir šķērsojami, ar cieta pamatu.

Uzmanību! Dalībniekiem, kas startē no starta Nr.1, došanās uz startu un finišs pa vienu un to pašu pontonu tiltu. Esiet uzmanīgi un pieklājīgi viens pret otru.

Kartes autors Leonīds Malankovs

3. sacensību diena Cirpstenes apkārtnē. Izteiktas lielas kāpas mainās ar sīku piejūras kāpu reljefu. Kartes teritorijā armijas bāze, dabā sastopamas paliekas no padomju armijas laikiem – dzeloņdrāts, drāšu gabali utt. Esiet uzmanīgi!

Kartes autors Leonīds Malankovs

2. Kartes

Sagatavotas 2007.–2008. gadā. Karšu mērogs grupām H8*, D8*, H10*, D10*, H12*, D12*, H12, D12, D14**, D35K, D40, D45, D50, D55, D60, D65, D70, D75, H50, H55, H60, H65, H70, H75, OPEN100 1: 7500, pārējām grupām 1: 10000.

KP leģendas uzdrukātas uz kartes. Leģendu 2. eksemplāru varēs saņemt priekšstarta laikā. KP leģendas uzdrukātas uz kartes un izpildītas grafisku piktogrammu veidā pēc IOF standartiem. Grupām H8*, D8*, H10*, D10* arī vārdiskais paskaidrojums. Leģendas 2. eksemplāru varēs saņemt priekšstarta laikā.

Lokālās zīmes: brūns krustiņš – skudru pūznis, zaļš krustiņš – izgāzta sakne, zaļš aplītis – atsevišķi augošs koks, tieva pārtraukta līnija melnā krāsā – vizūrstīga, violeta līnija – dzeloņdrāts, ko grūti saskatīt dabā.

3. Distances

Katras grupas distance iedrukāta kartē, KP savienoti ar līnijām izešanas kārtībā. Garākajās distancēs paredzēti dzirdināšanas punkti, kas apzīmēti ar violetu kvadrātiņu.

Distanču autors visās sacensību dienās Leonīds Malankovs

4. Starta kārtība

Katrā sacensību dienā ir divi starti. No starta Nr. 2 startē HD8*, HD10*, HD12*, HD12, D14** grupas. No starta Nr. 1 startē pārējās grupas. Starta intervāls 1–2 min. Kontrola laiks 120 min. Priekšstarts 3 min. Dalībnieki kartes paņem starta brīdī.

5. Finiša kārtība

Dalībnieka laiku fiksē ar atzīmēšanas EMIT finiša kompostieri uz finiša līnijas. Pēc finiša līnijas atradīsies 3 EMIT nolaišanas koridori pēc dalībnieku numuru krāsām – baltais, dzeltenais un rozā. UZMANĪBU! STINGRI IEVĒROT KORIDORA KRĀSAS! Finišā kartes paliek pie dalībnieka. Lūdzam dalībniekus ievērot godīgas spēles (fair play) principus, t.i., **finišējušie dalībnieki nedrīkst sniegt informāciju un rādīt savas kartes dalībniekiem, kas nav startējuši, citādi pēc IOF sacensību noteikumiem dalībnieku var diskvalificēt.**

6. Emit

Visām grupām atzīmēšanās ar EMIT. Finiša rajonos iespējams izmēģināt atzīmēšanos ar EMIT. Dalībniekiem, kuriem nav savas EMIT kartes, tās tiks izīrētas. Īres maksa 2,00 Ls (DIR distancē 0,70 Ls par dienu). EMIT kartes un drošības lapiņas dalībnieki saņem reģistrējoties. DIR dalībnieki saņem starta vietā, un **DIR dalībniekiem savas EMIT kartes jāatstāj finišā.**

Atgādinām EMIT lietošanas noteikumus.

- Dalībniekam jāveic distance ar tādu EMIT karti, ar kādu numuru tā reģistrēta starta protokolā. Lūdzam nesajaukt E-kartes, pretējā gadījumā jūs var diskvalificēt. Problēmu gadījumā nekavējoties griezieties sacensību sekretariātā.
- Drošības lapiņas, kas paredzētas dalībnieku atzīmēšanās KP papildu kontrolei (ja nedarbojas KP elektroniskais kompostieris), dalībnieki saņem kopā ar dalībnieka numuru. Katrai sacensību dienai paredzēta sava lapiņa. Neaizmirstiet to iestiprināt E-kartē un uz tās uzrakstīt savu vārdu, uzvārdu, grupu, lai neskaidrību gadījumā būtu iespējams jūsu rezultātu reabilitēt. E-kartes un E-kompostiera uzbūve ir tāda, ka atzīmes uz drošības lapiņas parādās jau pie vieglas E-kartes ievietošanas kompostierī. Lūdzam to nedarīt ar spēku.
- Rezultātu dalībniekam fiksē ar atzīmēšanas E-kompostieri uz finiša līnijas. Pēc finiša dalībnieks atdod savu EMIT karti tiesniešiem informācijas nolaišanai un, ja nav problēmu, saņem to atpakaļ. DIR grupām EMIT karte jānodod finišā.
- Etapu starplaiki (splīti) būs apskatāmi sacensību centrā katru dienu pirms apbalvošanas. Tos varēs arī iegādāties par



samaksu, izdrukātus atsevišķai grupai. Vienas lapas cena 10 sant.

● Lūgums dalībniekiem neaizmirst EMIT kartes, dodoties uz startu, neaizbraukt no sacensībām ar īrētajām EMIT kartēm, DIR grupās startējošajiem – atstāt tās tiesniešiem finišā un bērnu vecākiem parūpēties, lai jaunāko grupu dalībnieki tās nepazaudē (EMIT 1. paaudzes kartes cena – 25 Ls, 2. paaudzes kartes cena – 40 Ls).

7. Attālumi

	Piejūras kempings - dienas centra P	P – finišs	Finišs – starts
1. diena	37 km pa šoseju	maks. 1200 m	Nr. 1 – 2100 m, Nr. 2 – 200 m
2. diena	37 km pa šoseju	maks. 1200 m	Nr. 1 – 700 m m, Nr. 2 – 200 m
3. diena	7 km (marķ. no «Piejūras kempinga»)	maks. 400 m	Nr. 1 – 600 m, Nr. 2 – 200 m

8. Marķētās distances

Grupām H8*, D8*, tāpat kā grupām H10*, D10*, KP atrodas uz marķējuma. Uz marķējuma var atrasties arī citi KP, kuros nav jāatzīmējas. Grupām H12*, D12* KP atrodas tuvumā marķējumam (līdz 100 m). Dalībnieki var skriet pa marķējumu vai izvēlēties citu ceļu – bez marķējuma. Marķējums sarkani balts.

9. Atklātās grupas (DIR)

DDIR 1, DIR 2, DIR 3, DIR 4 pieteikšanās FINI Ā! Starts Nr 1.

Starta maksa līdz HD18 un no HD60 – 2,50 par dienu, pieaugušajiem – 5,00 Ls par dienu.

TECHNICAL INFORMATION

1. Terrains

Day 1 and Day 2 in Irbene, along the banks of the Irbe river. Coniferous (pine) forest with good and medium runnability prevails. Detailed contour typical of dunes. Stretches of dunes alternate with lakes and elongated narrow marshes with varying runnability and quantity of water. There is an attempt grade the quantity of water in the marshes as of the competition day. Marshes drawn as unsuitable for passing, however, without the black contour, currently are flooded yet have solid bottom and can be passed.

Attention! Competitors starting from START 1 will use the same temporary floating bridge over the river on the way to the start and after the finish. Let us be careful and polite!

Map: drawn by Leonīds Malankovs.

Day 3 in the vicinity of Cirpstene. Large and very pronounced dunes alternate with detailed seaside dune contour. A part of the mapped area is an army base, hence the pieces of barbed wire and wire on the terrain. Look out!

Map: drawn by Leonīds Malankovs

2. Maps

he maps are surveyed during 2007–2008. Scale 1:7500 for groups H8*, D8*, H10*, D10*, H12*, D12*, H12, D12, D14**, D35K, D40, D45, D50, D55, D60, D65, D70, D75, H50, H55, H60, H65, H70, H75, OPEN100, and 1:10000 for all other groups.

Control descriptions are printed directly on the map. Spare control description will be available at the pre-start corridor. Control descriptions are printed as a pictogram, according to the IOF standards; for groups H8*, D8*, H10*, D10* there will also be verbal descriptions.

Following local signs are used:

Following local signs are used: Brown cross – anthill; Green cross – tree root; Green circle – stand-alone tree; Black, straight interrupted hairline – narrow ride; Scarlet line – poorly visible barbed line.

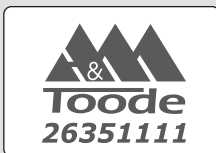
Map drawers: Day 1 – Edmunds Zvaigzne, Leonīds Malankovs, Pēteris Blumbergs; Day 2 – Leonīds Malankovs; Day 3 – Leonīds Malankovs, Indulis Peilāns

3. Courses

The controls for each course are printed on the map in the visiting order. For the longer courses there are refreshment stations (drinking water), marked with a scarlet pictogram of a cup. Courses: Leonīds Malankovs – all days.

4. Start Order

There are two separate start areas at each day's competition site. Groups HD8*, HD10*, HD12*, HD12, D14** should start from START No. 2. Other groups should start from START No.1. Start interval is 1–2 minutes. Time limit – 120 minutes. 3-minute pre-start; participants may take the maps at the moment of start.



5. Finish Order

Finish time is registered by punching the EMIT card at the finish line. There are 3 finish corridors marked in colours matching those of participants' number bibs – white, yellow and pink. Note: please pay due attention to the colours!

Maps will remain with the participant at the finish. **Please, observe fair play principles – those who have finished the course must not provide information and should not show their maps to the participants who have not started. According to IOF regulations, violation of fair play principles may lead to disqualification of the participant.**

6. EMIT

Electronic punching (EMIT) will be used for all groups. There will be possibility to test EMIT punching at the finish area. For those who do not have own EMIT cards, organizer will provide rent of EMIT cards for the fee of 2.00 Ls covering all three days. For DIR groups, EMIT cards will be provided for the fee of 0.70 Ls per day. EMIT cards will be distributed upon registration, together with the backup slips. **DIR runners will receive EMIT cards at start and should return them to the finish referees.**

Instructions of using the EMIT:

- The participants should run the course with the EMIT that is registered in the Start List. Please, do not incidentally swap EMIT cards, or you can be disqualified. In case any problems occur, please, refer to the registration desk.
- Back-up paper slips, one for each competition day, will be handed out together with the number bibs – for the purpose to prove the punching if the electronic punch at a controls is out of order. Do not forget to insert the slip into your EMIT card, and write your name and group on it, so that it is possible to retrieve the result if problems occur. EMIT card and punching system construction ensure that back-up slips are registered even with a light touch at the control. Please, do not apply force.
- The results are fixed by punching the EMIT card in the finish unit at the finish line. After finish, participants hand their cards over to the referees. If there are no problems, you will get them back immediately. Participants of DIR groups should return the EMIT cards to the finish referees.
- Split times will be available every day at the event centre before prize giving. You can buy splits at the price Ls 0.10 per page (results for each separate group).
- Please, do not forget your EMIT cards when going to Start and do not leave the competition without returning the rented EMIT cards. DIR groups should leave them with referees at finish. Parents, please, take care of your kids' cards. The charge for a lost EMIT1 card is 25.00 Ls EMIT2 40.00 Ls.

7. Location distances

**Distances to the competition sites
"Piejūras kempings" to Parking at**

	competition site	From Parking to Finish area	From Finish to Start
1st Day	By car 37 km	Max 1200 m	No. 1 – 2100 m, No. 2 – 200 m
2nd Day	By car 37 km	Max 1200 m	No. 1 – 700 m', No. 2 – 200 m
3rd Day	7 km; marked from "Piejūras kempings"	Max 400 m	No. 1 – 600 m, No. 2 – 200 m

Note! Day 2 event is in the territory of Pape Nature Park, consequently, there are restricted parking possibilities. The nearest P is located 1300 m from the Day 2 Event Centre. Start 2 is between P and Day 2 Event Centre and Finish area. There is no access by car closer than 1300 m. Day 2 Finish is 4 km on foot from the Event Centre. Showers will be located near the shop "Smaragda". We rely on your understanding.

8. Marker Courses

For courses H8* and D8*, as well as H10* and D10* the controls are located directly on marking. There may be other controls on the marking that need not be punched. For courses H12* and D12*, controls are located near the marking (up to 100 m). Participants are allowed to run along the marking or choose a shorter route. Marking is with a red-and-white coloured band.

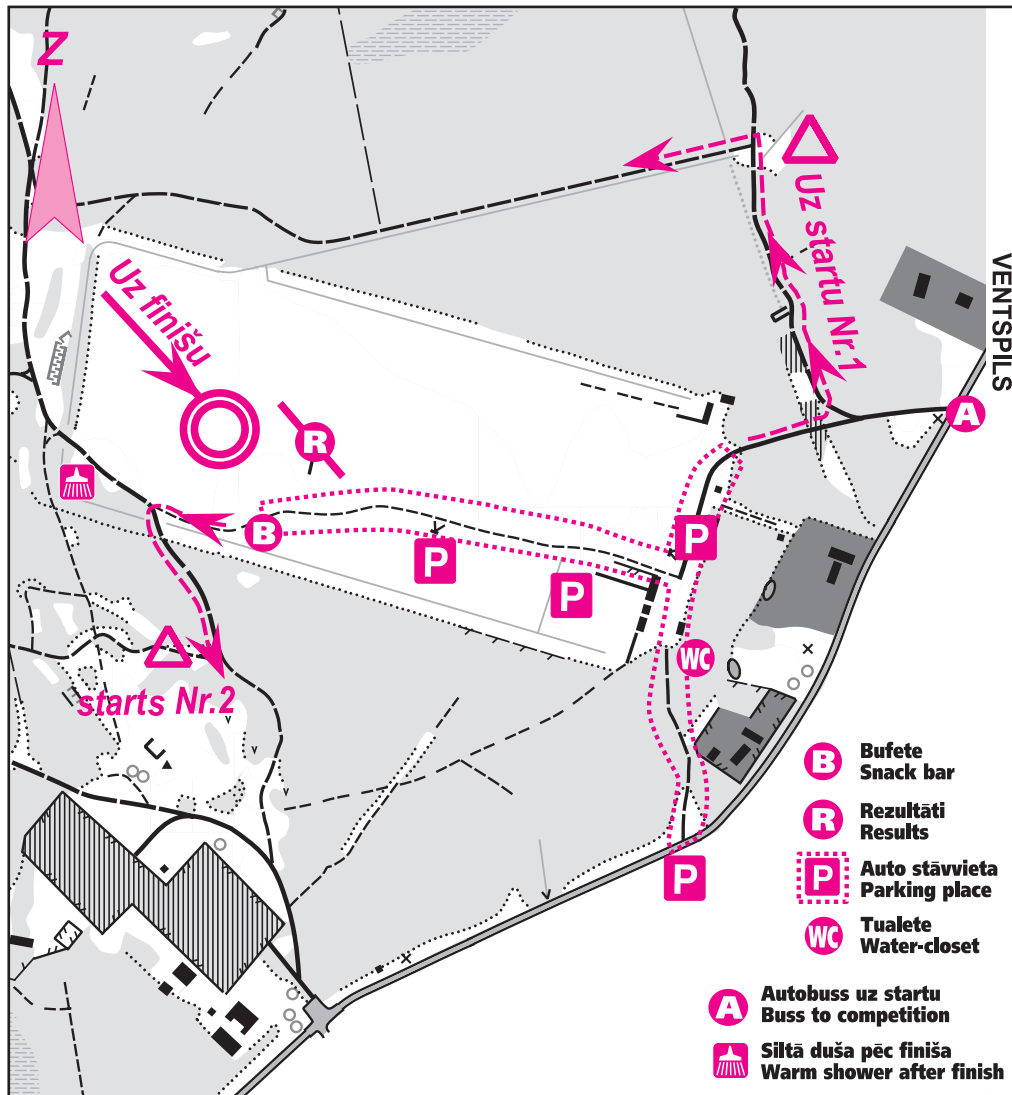
9. Direct Groups (DIR)

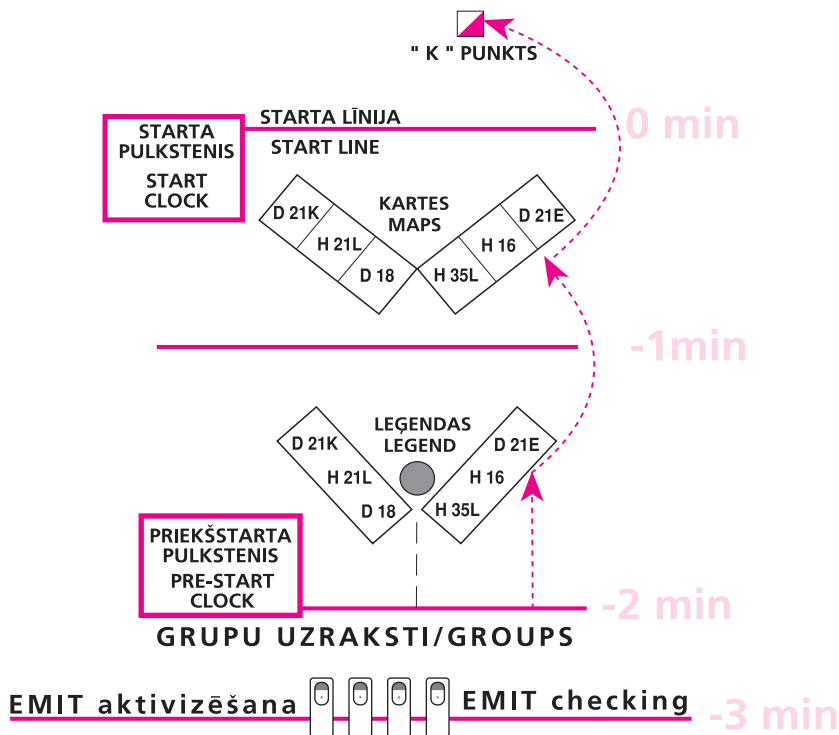
Registration for participation in DIR 1, DIR 2, DIR 3, DIR 4 groups shall be done at Finish. The participation fee for under HD18 and above HD60 is 2.50 Ls, for adults – 5.00 Ls per day.



DISTANČU PARAMETRI • COURSES

GRUPA	STARTA Nr	1. DIENA		2. DIENA		3. DIENA	
D8*	2	1,5 km	4 KP	1,4 km	4 KP	1,1 km	5 KP
D10*	2	1,5 km	4 KP	1,4 km	4 KP	1,1 km	5 KP
D12	2	2,0 km	8 KP	2,2 km	7 KP	2,7 km	7 KP
D12*	2	1,9 km	6 KP	1,9 km	5 KP	1,6 km	7 KP
D14**	2	2,9 km	8 KP	2,7 km	8 KP	2,8 km	7 KP
D14L	1	3,6 km	7 KP	3,2 km	6 KP	3,9 km	8 KP
D16L	1	4,3 km	9 KP	3,4 km	10 KP	4,6 km	14 KP
D16**	1	3,6 km	7 KP	3,2 km	6 KP	3,9 km	8 KP
D18	1	5,0 km	10 KP	3,8 km	8 KP	5,1 km	14 KP
D20	1	5,8 km	12 KP	4,6 km	9 KP	6,5 km	16 KP
D21E	1	5,4 km	12 KP	7,3 km	13 KP	7,4 km	16 KP
D21K	1	4,6 km	10 KP	3,4 km	10 KP	4,6 km	12 KP
D21L	1	5,9 km	10 KP	4,7 km	9 KP	6,3 km	16 KP
D21O**	1	3,5 km	6 KP	2,8 km	7 KP	3,9 km	10 KP
D35L	1	5,0 km	10 KP	3,8 km	8 KP	5,1 km	14 KP
D35K	1	3,9 km	9 KP	3,2 km	8 KP	4,9 km	12 KP
D40	1	4,9 km	11 KP	4,0 km	10 KP	5,2 km	14 KP
D45	1	4,4 km	10 KP	3,4 km	7 KP	4,6 km	12 KP
D50	1	4,4 km	10 KP	3,3 km	9 KP	4,5 km	13 KP
D55	1	4,4 km	10 KP	3,3 km	9 KP	4,5 km	13 KP
D60	1	3,9 km	9 KP	3,2 km	8 KP	4,9 km	12 KP
D65	1	3,9 km	9 KP	3,2 km	8 KP	4,9 km	12 KP
D70	1	3,9 km	9 KP	3,2 km	8 KP	4,9 km	12 KP
D75	1	3,9 km	9 KP	3,2 km	8 KP	4,9 km	12 KP
H8*	2	1,5 km	4 KP	1,4 km	4 KP	1,1 km	5 KP
H10*	2	1,5 km	4 KP	1,4 km	4 KP	1,1 km	5 KP
H12	2	2,9 km	8 KP	2,7 km	8 KP	2,8 km	7 KP
H12*	2	1,9 km	6 KP	1,9 km	5 KP	1,6 km	7 KP
H14**	1	3,5 km	6 KP	2,8 km	7 KP	3,9 km	10 KP
H14L	1	5,0 km	8 KP	3,9 km	8 KP	5,2 km	12 KP
H16**	1	4,8 km	9 KP	3,9 km	7 KP	5,7 km	10 KP
H16L	1	5,6 km	11 KP	4,6 km	8 KP	6,3 km	17 KP
H18	1	7,4 km	14 KP	6,0 km	10 KP	7,8 km	21 KP
H20	1	8,5 km	15 KP	6,0 km	12 KP	8,7 km	23 KP
H21E	1	7,1 km	13 KP	8,8 km	16 KP	12,0 km	28 KP
H21K	1	6,7 km	12 KP	5,4 km	11 KP	7,1 km	18 KP
H21L	1	8,5 km	13 KP	7,6 km	12 KP	9,6 km	25 KP
H21O**	1	4,8 km	9 KP	3,9 km	7 KP	5,7 km	10 KP
H35K	1	6,0 km	11 KP	4,7 km	10 KP	6,5 km	17 KP
H35L	1	8,5 km	15 KP	6,0 km	12 KP	8,7 km	23 KP
H40K	1	5,8 km	12 KP	4,6 km	9 KP	6,5 km	16 KP
H40L	1	7,4 km	13 KP	6,1 km	11 KP	7,8 km	20 KP
H45	1	6,4 km	13 KP	5,2 km	11 KP	6,6 km	17 KP
H50	1	5,6 km	11 KP	4,1 km	11 KP	5,8 km	15 KP
H55	1	4,9 km	11 KP	4,0 km	10 KP	5,2 km	14 KP
H60	1	4,4 km	10 KP	3,4 km	7 KP	4,6 km	12 KP
H65	1	3,9 km	8 KP	3,1 km	7 KP	4,1 km	12 KP
H70	1	3,9 km	8 KP	3,1 km	7 KP	4,1 km	12 KP
H75	1	3,9 km	8 KP	3,1 km	7 KP	4,1 km	12 KP
OPEN100	1	3,9 km	8 KP	3,1 km	7 KP	4,1 km	12 KP
DIR1**	1	2,5 km	5 KP	2,2 km	4 KP	2,7 km	6 KP
DIR2	1	4,4 km	11 KP	3,4 km	7 KP	4,6 km	11 KP
DIR3**	1	5,4 km	9 KP	4,2 km	8 KP	6,4 km	12 KP
DIR4	1	7,4 km	14 KP	6,0 km	11 KP	7,8 km	21 KP





KĀRTĪBA STARTĀ

Sākumā dalībniekam obligāti jāievieto savā EMIT kartē starta kompostieri, lai to aktivizētu.

Trīs minūtes pirms starta, kad priekšstarta pulkstenis rāda pirmo minūti, pirmās minūtes dalībnieks dodas starta zonā, saņem papildu leģendu un vienu minūti pirms starta nostājas uz starta līnijas, kur gaida starta pulksteņa pēdējo (garo) signālu, kas vēsta, ka dalībnieks var doties distancē, paņemot savu karti, un pa marķējumu skrien līdz "K" punktam.

ORDER AT THE START

First of all clear your EMIT card and activate it before entering the start corridor.

2 minutes before start, when the pre-start clock shows the 1st minute, the 1st minute participant enters the start zone and receives additional legend.

1 minute before start, the participant stops at the start line and waits for the last (long) signal, which allows the participant to start the race. Participant takes his/her map and runs along marking till "K"

ISC

Elite sportswear collection

www.isc.ee ILVES

Toode
26351111

VIKA

«KĀPA 2008» NOLIKUMS SPRINTAM VENTSPILĒ

Sacensību mērķi	Noskaidrot individuāli spēcīgākos sportistus sprinta distancē katrā vecuma grupā Latvijas sprinta kausa ietvaros. Atbilstīt Latvijas orientēšanās sabiedrībā Pasaulē popularitāti ieguvušo orientēšanās sacensību formātu Mīkr-O (skatīt pielikumu par Mīkr-O). Noskaidrot tos sportistus, kas turpinās cīnīties par galveno balvu – Ls 1000 Hansa-bankas orientēšanās līgā. Noskaidrot tos orientieristus, kas sekmīgi veikuši distanci, lai pēdējā posma ietvaros pasniegtu kādam no viņiem jaunu velosipēdu (4ever - "Hazard") no veikala EBIKE.
Sacensību formāts	Sprints ar mikroorientēšanos, ar kopējo startu VE un SE grupām starts izlozes kārtībā, intervāls 1 minūte
Sacensību centrs	Ventspils piejūras kempings.
Sacensību programma	16:00 līdz 17:30 sacensību dalībnieku reģistrēšanās. 18:00 starts VE un SE grupām 19:00 starts ārējām grupām Uzvarētāju apbalvošana kopā ar „Kāpas” daudzdienu 2. dienas apbalvošanu.
Grupas un distanču garumi	S12- 1.0 km; S14- 1.7 km; S16 - 1.9 km; S18E - 2.2 km; SA - 2.2 km; SE* - 2.7 km; S35E - 2.2 km; S45 - 1.9 km; S55 - 1.7 km; S65 - 1.7 km; V12 - 1.0 km; V14 - 1.7 km; V16 - 1.9 km; V18E - 3.1 km; VA - 3.1 km; VE* - 3.3 km; V35E - 3.1 km; V45 - 2.9 km; V55 - 2.7 km; V65 - 2.2 km. * Sarkanā grupa - VE grupā būs 10 un SE grupā 5 organizatoru izvēlēti dalībnieki, kuri startē jāstartē ar GPS ierīcēm (dalībnieki un skatītāji sacensību centrā vēros tos veikumu uz ekrāna). Dalībnieki, kuri atsakās startēt ar GPS ierīcēm, netiks pieļauti pie starta. Dalībnieki paši atbild par savu veselības stāvokli. Par bērnu veselības stāvokli atbild vecāki, treneri vai personas, kuras bērnus pavada.
Vērtēšana	Tiek vērtēts katrs dalībnieks individuāli savā vecuma grupā. VE, V35E, V18E, SE, S35E, S18E grupās šīs sacensības ir iekļautas Hansabankas orientēšanās līgas kopvērtējumā, kuras nolikumu meklējiet sacensību mājas lapā.
Dalības maksa	Pieteikšanās līdz 27. jūnija 20:00 pie RSP pārstāvjiem. Grupās S12, S14, S16, S18E, V12, V14, V16, V18E – 2 Ls. Pārējiem – 3 Ls. Dalības maksa obligāti jāapmaksā līdz pieteikšanās beigām – 27. jūnija 20:00
Pieteikumi	Tiešsaistes pieteikuma veidlapa internetā – www.sportosim.lv ; „Kāpa” pirmās dienas sacensību centrā un Ventspils kempingā pie RSP pārstāvjiem; Sūtot e-pastu uz , norādot: vārdu, uzvārdu, klubu, grupu un EMIT numuru; Individuāls pieteikums tiek uzskatīts kā garantija dalības maksas veikšanai. Neierodoties uz sacensībām, tiks iekasēta pilna dalības maksa; Pieteikumi un dalības maksas pēc 27. jūnija 20:00 netiks pieņemti
Apvidus	Ļoti laba līdz laba skrienamība. Priežu mežs. Kāpu mikroreljefs ar mazu augstuma starpību. Pludmale un atklātas teritorijas - kāpas. Regulārs taku tīkls. D
Kartes	Karte zīmēta 2008.gadā, autors Jānis Gaidelis.
Atzīmēšanās	EMIT atzīmēšanās sistēma. Dalībniekiem jāizmanto „Kāpā” piešķirtie EMITI
Apbalvošana	Apbalvo katras grupas pirmo 3 vietu ieguvējus.
Atbalstītāji	«Hansamanka»; Ebike; Husqvarna; RSP; LOF
Organizatori	Latvijas Orientēšanās Federācija Orientēšanās klubs OK RSP (Rīgas Skolēnu Pils), Sporta klubs „Mežaparks”, » S
Sacensību galvenais organizators:	Mārtiņš Linde (Tālr.: 26468085)
	Tehniskais direktors: Mārtiņš Linde (Tālr.: 26468085)
	Finanses un atbalsts: Mārtiņš Līsmāns
	Starts: Māris Jānsone,
	GPS: Valters Aboliņš,
	Distances: Marģers Kietis,

Norde
Toode
26351111**NOKIA**
CONNECTING PEOPLE

REGULATION FOR SPRINT RACE IN VENTSPILS

Competition goals	To find individually strongest sportsmen in each category within the framework of Latvian Sprint Cup. To develop in Latvian orienteering society new orienteering format which already gained popularity around the world - micr-orienteering (read more in micr-o appendix). To find those 6 sportsmen, who will fight for the main prize of 1000 LVL (~1500 EUR) of Hansabanka Orienteering League. To find those orienteers who have finished their distance successfully in order to present to one of them a new bicycle (4ever- "Hazard") from EBIKE shop within the framework of the last stage of orienteering league.
Format of the competition	Sprint distance with Micr-O, with mass-start
Competition centre	Ventspils, Piejūras kempings
Competition program	From 16:00 until 17:30 registration of participants 18:00 start for ME and WE. 19:00 start for all the other categories Prize-giving ceremony together with Kāpa's second day prize- giving ceremony.
Categories and courses	S12- 1.0 km; S14- 1.7 km; S16 - 1.9 km; S18E - 2.2 km; SA - 2.2 km; SE* - 2.7 km; S35E - 2.2 km; S45 - 1.9 km; S55 - 1.7 km; S65 - 1.7 km; V12 - 1.0 km; V14 - 1.7 km; V16 - 1.9 km; V18E - 3.1 km; VA - 3.1 km; VE* - 3.3 km; V35E - 3.1 km; V45 - 2.9 km; V55 - 2.7 km; V65 - 2.2 km. * Red group - 10 runners in ME and 5 runners in WE, chosen by the organizers, will start in the end of the group and will have to wear GPS units (other participants and spectators will be able to follow their runs on the screen in the competition centre) Those, who will refuse to wear GPS units, will not be let to the start. All participants are responsible for their health by themselves. For children health are responsible parents, coaches, teachers or accompanying persons.
Evaluation	Each participant is evaluated individually in his/her own category. In categories ME, M35E, M18E, WE, W35E, W18E this competition is included into the total standings of Hansabanka Orienteering League (look for the League's bulletin on the League's website).
Entry fee	Entries until 20:00 27th of June (1st day of Kāpa). Look for RSP club representatives. Categories W12, W14, W16, W18E, M12, M14, M16, M18E – 2 LVL. Others – 3 LVL Entry fee has to be paid until the entry deadline - 20:00 27th of June.
Entries	Online at www.sportosim.lv ; During "Kāpa" 3-days. Look for RSP club representatives; By sending email to with your name, surname, club, category and EMIT number. Individual entry is considered as a warranty to the payment of the entry fee. Full entry fee must be paid even in case of non show-up at the competition. No entries or entry fees will be accepted after 20:00 27th of June.
Terrain	Runnability varies from good to very good. Mostly pine-forest. Dune micro-relief with low height difference. Beach and many open territories – dunes. Regular net of paths and roads. Traffic will not stopped during the race, so, please, be aware of the cars while crossing the streets during the race.
Maps	Map is drawn in 2008 by Jānis Gaidelis.
Punching system	EMIT punching system will be used. Participants must use the same EMIT cards as in "Kāpa" 3-days. In case you are not taking part in "Kāpa" you will be provided with a card without rental fee.
Prize-giving	First 3 places in each category are awarded.
Supporters	«Hansamanka»; Ebike; Husqvarna; RSP; LOF
Organizers	» Latvian Orienteering Federation; » Orienteering club OK RSP (Rīgas Skolēnu Pils), Sports club "Mežaparks"
Competition's head organizer:	Mārtiņš Linde (Phone.: +37126468085) Technical director: Mārtiņš Linde (Phone.: +37126468085) Finances and support: Mārtiņš Lismanis (Phone.: +37126752100) Start: Māris Jansons GPS: Valters Āboliņš Courses: Mārgers Kietis
Micr-O	Appendix about MicrO is only available in Latvian at the moment. You can read IOF's MicrO Guide here.



Uz redzēšanos nākamgad!

KAPA 2009
XXIII ORIENTĒŠANĀS TRĪSDIENAS
26.06 – 28.06. 2009. LATVIJA

