

3 KĀPA 2021



XXXIV

trisdienas • 30.07.-1.08. • Latvija • Ludza

3 - DAY ORIENTEERING

Ludza • Latvija • 30.07.-1.08. 2021

SPONSORI

**LUDZAS
novads**



AutoPlus

MAXIMA



CEĻOTĀJS

BROOKS

KOMANDA

"Kāpa 2021" direktors
Galvenā sekretāre
Distanču plānojums
IOF kontrolieris
Apbalvošana
Datorbrigāde
Finances
Vecākie starta tiesneši
Taku-O galvenais tiesnesis
Sprinta galvenais tiesnesis
Sacensību serviss
Sporta karšu sagatavošana
Distanču dienests
Komentētājs
Komendants
Mārketingu un mediju
Asistenti un ļoti svarīgi palīgi

Indulis Peilāns
Inta Tabaka
Indulis Peilāns, Aigars Leiboms
Jurgis Krastiņš
Kārlis Vilciņš
Egils Puriņš, Mārcis Lukšēvics, Kārlis Osis
Māra
Andris Žilko, Andrejs Viķis, Tamāra Kosmačeva
Zita Rukšāne
Matīss Ratnieks
Jānis Incenbergs
Indulis Peilāns, Edmunds Zvaigzne, Pēteris Blumbergs, Jānis Gaidelis
Aigars Leiboms
Andris Rupais
Guntis Māliņš
Kārlis Vilciņš
OK Kāpa kluba biedri un daudzi labi draugi

TEAM

"Kāpa 2021" Director
Chief Secretary
Course Planning
IOF controller
Awards
IT support
Finance Officer
Senior Start Referees
Chief Referee Trail
Chief Referee Sprint
Services
Maps
Course Service
Commentator
Campsite Attendant
Marketing and media
Assistants and most important helpers

Indulis Peilāns
Inta Tabaka
Indulis Peilāns, Aigars Leiboms,
Jurgis Krastiņš
Kārlis Vilciņš
Egils Puriņš, Mārcis Lukšēvics, Kārlis Osis
Māra
Andris Žilko, Andrejs Viķis, Tamāra Kosmačeva
Zita Rukšāne
Matīss Ratnieks
Jānis Incenbergs
Indulis Peilāns, Edmunds Zvaigzne, Pēteris Blumbergs, Jānis Gaidelis
Aigars Leiboms
Andris Rupais
Guntis Māliņš
Kārlis Vilciņš
OK Kāpa club members and many good friends



SACENSĪBU PROGRAMMA

Ceturtdiena, 29. jūlijs

16.00-22.00 Dalībnieku ierašanās un reģistrēšanās sacensību centrā Porkaļu karjerā (56.38432, 27.72504)

Piektdiena, 30. jūlijs

No 10.00 Dalībnieku reģistrācija tikai 1. dienas sacensību centrā "Kazupēs" (56.381133, 27.623568)
14.00 Starts 1. dienas sacensībām Dzīlūta ezera apkārtnē
16.00-20.00 Taku-O preO
21.00 Sacensību atklāšana, 1. dienas sacensību uzvarētāju apbalvošana, Latvijas kausa 2020 apbalvošana sacensību centrā, Porkaļu karjerā (56.3843, 27.7250)

Sestdiena, 31. jūlijs

10.30 Starts vidējā distancē "Porkaļu" apkārtnē (W21E un M21E - WRE – Pasaules ranga sacensības)
18.00-20.00 Starts Taku-O preO Ludzā (56.5391, 27.7175)
18.00 Kāpas Sprints 2021 Ludzas pilsētā. (56.5391, 27.7175)
20:30 2. dienas uzvarētāju, WRE un sprinta sacensību uzvarētāju apbalvošana, sacensību centrā, Porkaļu karjerā (56.3843, 27.7250)

Svētdiena, 1. augusts

9.00-12.00 Starts Taku-O tempO distancē
10.00 Starts 3. dienas sacensībām "Porkaļu" apkārtnē
15.00 Apbalvošana, loterija, noslēgums Porkaļu karjerā (56.3843, 27.7250)

Uzmanību! OPEN100 grupas dalībnieku svēšanās reģistrācijas laikā!
Esiet saudzīgi un uzmanīgi šķērsojot izcirtumus ar jauno koku stādījumiem!

STARTA KĀRTĪBA, REZULTĀTU NOTEIKŠANA

1. Individuālais starts pēc izlozes (izņemot M8*, W8*, M10*, W10*, M12*, W12*, DIR grupas) visās trijās sacensību dienās. Rezultātu nosaka pēc trijās dienās uzrādīto laiku summas. Grupām M8*, W8*, M10*, W10*, M12*, W12* un DIR grupām starts brīvi izvēlēta laikā, 2,5 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. Grupām W8* un M8* par galveno balvu cīnās tie dalībnieki, kuri skrien bez vecāku pavadības. Dalībnieki, kuri vismaz vienu no dienām ir skrējuši vecāku pavadībā tiek iekļauti atsevišķās grupās W8*AV un M8*AV (AV - ar vecākiem). Grupās M8*, W8*, M8*AV, W8*AV skrējējiem netiek piešķirta diskvalifikācija - par nepareizu/ trūkstošu atzīmi dalībnieku laikam tiek pieskaitītas 60 minūtes. Tas rezultātos šos dalībniekus ierindo aiz tiem, kuri atzīmējušies pareizi.

Vecāki, kas paralēli ir arī elites grupu MW21E dalībnieki, nedrīkst pavadīt savus bērnus 2. dienas sacensību distancēs, kad notiek pasaules ranga sacensības. Nosacījuma neievērošana izraisīs attiecīgā elites grupas sportista diskvalifikāciju.

4. Kolektīvās balvas. Balvu mērķis ir noteikt spēcīgāko orientēšanās klubu un ģimeni. Šajos vērtējumos katra dalībnieka vērtējums tiek mērīts pēc punktu sistēmas. Punkti katram kolektīva dalībniekam tiek aprēķināti dalot 1. vietas uzvarētāja laiku ar attiecīgā dalībnieka laiku. 1. vietas ieguvējs saņem 1000 punktus. Piemēram, ja dalībnieks veicis distanci divreiz lēnāk kā grupas uzvarētājs, viņš saņem 500 punktus. Rezultāti no grupām M8*AV, M8*AV, kā arī MW210** tiek reizināti ar koeficientu 0.5. Rezultāti no DIR grupām netiek iekļauti šajos vērtējumos.

5. Ģimeņu vērtējumā tiek apbalvotas 3 labākās ģimenes. Par ģimeni tiek uzskatīti vecāki - tēvs, māte un nepilngadīgie bērni (netiek skaitīti vecvecāki). Pilngadīgs bērns var aizstāt kādu no vecākiem. Ģimenē var startēt neierobežots skaits nepilngadīgo bērnu, vecāki var būt ne vairāk par 2. Ģimenes sastāvā var būt tikai bērni no vienas ģimenes. Ieskaitē rezultāts tiek vērtēts arī tad, ja "bērns" veic pieaugušo distanci (piemēram M18 grupas

MAXIMA



CELOTĀJS

Pateicamies par atbalstu

Jānim Romancānam, Tomasam Kotovičam un Arnim Ivbulim

pārstāvis sacensības M21S grupā). Sacensību dienas rezultātu veido summa no 4 labākajiem ģimenes locekļu rezultātiem punktu sistēmā. Kopvērtējumā tiek saskaitītas sacensību dienu summas. Uzvar ģimene ar lielāko punktu skaitu. Maksimālais punktu skaits, ko ģimene var iegūt vienā dienā ir 4000, respektīvi 12 000 trijās dienās.

6. Klubu balva - šajā vērtējumā tiek vērtēti katras dienas 10 labākie rezultāti punktu sistēmā. Kopvērtējumā tiek saskaitītas sacensību dienu summas. Uzvar klubs ar lielāko punktu skaitu. Maksimālais punktu skaits, ko klubs var iegūt vienā dienā ir 10 000, respektīvi 30 000 trijās dienās.

7. Balva par ātrāko finiša sprintu. Katru dienu tiek noteikts dalībnieks un dalībiece, kuri visātrāk veikuši posmu no pēdējā kontrolpunkta līdz finiša atzīmei. Laiks tiek aprēķināts no SportIdent atzīmēšanās sistēmas datiem. Gadījumā, ja divi/vairāk dalībnieki ir uzrādījuši vienādu laiku, apbalvošanas laikā tiek veikta izloze.

PAPILDU INFORMĀCIJA

1. Visa jaunākā informācija vienmēr mūsu Facebook lapā /www.facebook.com/Kapa3days/
2. Sacensību laikā sacensību finiša rajonā bērnudārzā mazulius (no 2 gadu vecuma) pieskatīs audzinātāja.
3. **Sacensību centrā darbosies piepūšamās atrakcijas 1. sacensību dienā 18:00-21:00, 2. dienā 16:00-21:00, 3. dienā 12:00-15:00.**
4. Kafējnīcas sacensību centrā un katras sacensību dienas finiša rajonā
5. Dalībnieku apģērbs, kas būs atstāts startā, tiks nogādāts finiša rajonā.
6. Elektrība sacensību centrā ir paredzēta tikai mobilo ierīču lādēšanai, lūdzu neizmantot elektrību ēdiena gatavošanai un ūdens vārīšanai. Telšu pilsētiņā un tās tuvumā lūdzu nedarbināt elektroģeneratorus

COMPETITION PROGRAMME

Thursday, July 29

16.00–22.00 Arrival and registration at Event Centre In Porkaļi quarry (56.3843, 27.7250)

Friday, July 30

From 10.00 Registration for competition, ONLY in competition centre of Day 1 in "Kazupes"
 14.00 Start of Day 1 near homestead "Kazupes" (56.381133, 27.623568)
 16.00-20.00 Start of Trail-O in Porkaļi quarry
 21.00 Opening Ceremony, Day 1 & Latvia orienteering cup 2020 prize-giving at the Event Centre in Porkaļi quarry (56.3843, 27.7250)

Saturday, July 31

10.30 Start of Day 2 and World Ranking Event near Porkaļi quarry (GPX)
 18.00-20.00 Start of Trail-O (preO) in Ludza (56.53909,27.71745)
 18.00 Start of Sprint race in Ludza (56.53909,27.71745)
 20.30 Day 2, WRE and Sprint prize-giving at the Event Centre

Sunday, August 1

9.00-12.00 Start of Trail-O (tempO) in Porkaļi quarry
 10.00 Start of Day 3 near Porkaļi quarry
 15.00 Prize-giving, lottery and event closing ceremony at the Event Centre

Note: Weighing of the OPEN 100 participants will be done during the registration. Be gentle and considerate of young tree seedlings, by crossing clearings!

START, RESULTS

1. Individual start order is set by draw on all three competition days (except for M8*, W8*, M10*, W10*, M12*, W12* and DIR groups). Final results are calculated as a total of three-day results. M8*, W8*, M10*, W10*, M12*, W12* and DIR courses have a free start within 2.5 hours after the first start.

2. Time limit for each competition day is 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. Totals will not be calculated for DIR runners.

3. In classes W8* and M8* the main prize will be awarded to the competitors who have completed their course without the assistance of an adult. Separate classes W8*AV and M8*AV (AV - with parents) will be created for competitors who had been assisted by adults in at least one of the days. Competitors in classes W8*, M8*, W8*AV, M8*AV will not be disqualified for missing/wrong punch, instead 60 minutes will be added to the result. Competitors with wrong/missing punch will be listed at the end of results (after all who had taken all controls correctly). Parents who are at the same time competitors in elite groups MW21E are prohibited to assist their children in DAY 2 competition, when World Ranking Event takes place. Not following the rule will lead to disqualification of the elite group runner.

4. Collective prizes. Aim of collective prizes is to find out the strongest team(club) and family. The contribution of each member in collective is measured by scoring system. Score of each competitor is calculated by dividing class winners time with competitors time. The winner of the class scores 1000 points, i.e. competitor who has been twice slower as winner scores 500 points. Results for M8*AV, M8*AV competitors in classes MW21O** the points are multiplied by factor 0.5. Participants starting in DIR classes do not contribute to team/family score.

5. The three best families will be awarded with a prize. The calculation is done on the basis of total scores (the aggregate of 4 best scores in the family, at least 2 participants under 18). For the purposes of this prize, "Family" is considered to be parents and children under age of 18. Results of grand parents are not included in score of family. There is no limit for number of children that contributes to total score of family. However, only two "parents" are allowed within one "family". Family can consist only of children (e.g. three or four siblings). If "child" under age of 18 decides to start in the adult class (e.g. 17-year old participant competes in class M21S), the result still contributes to score of family. Score for competition day is calculated as sum of 4 best results of family members. Total score of family is calculated as sum of scores for competition days. The family with largest score wins. Maximum score for competition day is 4 000. Maximum total score for 3-days is 12 000.

6. The best club will be awarded a prize. The calculation is done on basis of the aggregate of 10 best scores in the club. Score for competition day is calculated as sum of 10 best results of club members. Total score of the club is calculated as sum of scores for competition days. The club with largest score wins. Maximum score for competition day is 10 000. Maximum total score for 3-days is 30 000.

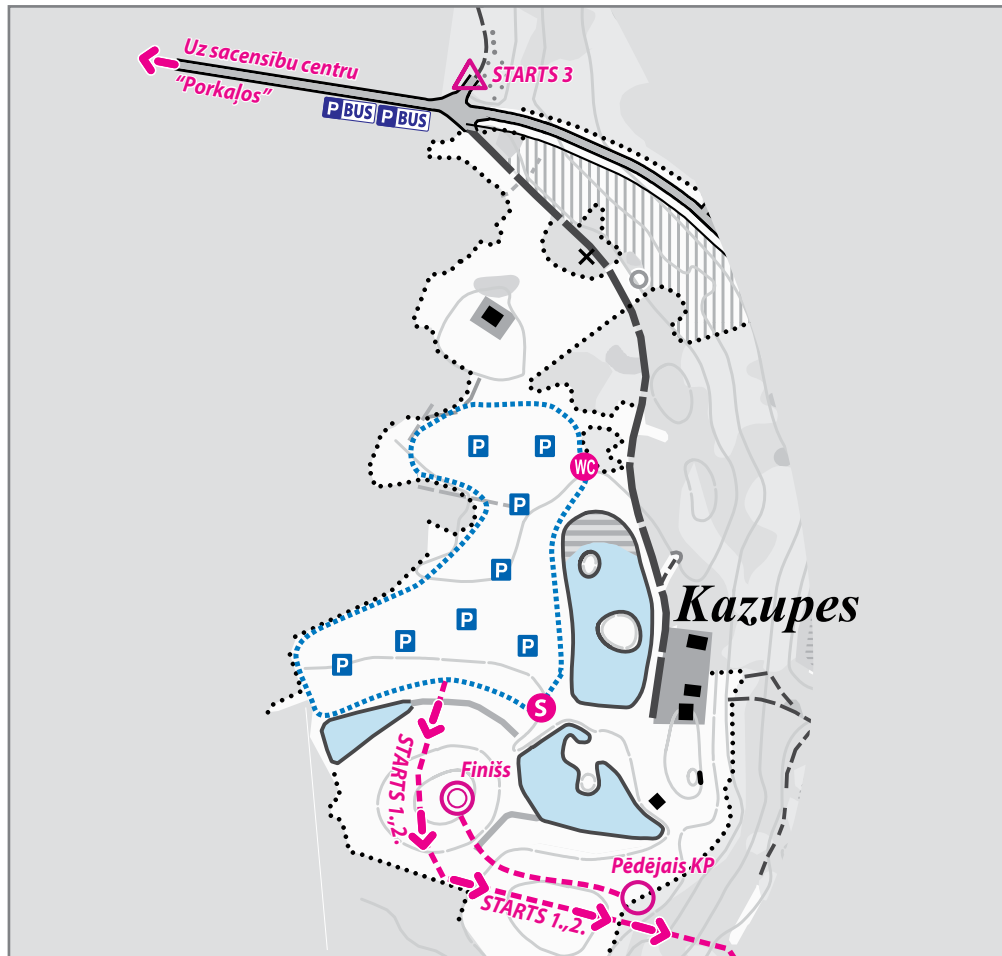
7. Best times from last control to finish will be calculated each day. One fastest male and one fastest female sprinter will be awarded each day. Time is calculated using SportIdent punching system data. In case of two/more equal results, draw will be done during awards ceremony.

ADDITIONAL SERVICE INFORMATION

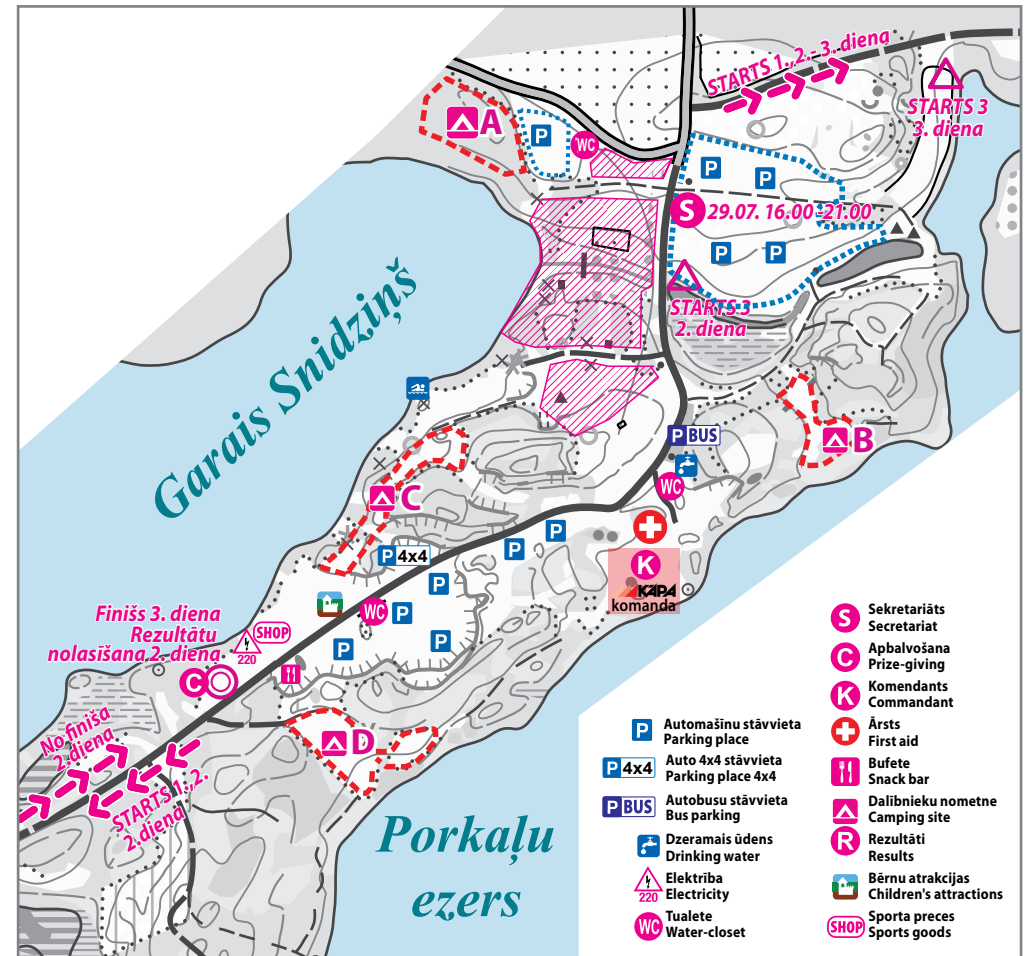
1. The most recent competition details at our Facebook page www.facebook.com/Kapa3days/
2. Kindergarten service is available for children (2 years and older) in the finish area.
3. Inflatable attractions for children will be available in event centre – on Day 1 18.00-21.00 and on Day 2 16.00-21.00. on Day 3 12.00-15.00.
4. Cafeterias operate at the Event Centre and in the finish area each competition day.
5. Clothes left at the start area will be delivered to the finish area.
6. Electricity in competition area is intended only for charging of mobile devices, please do not use it for cooking or boiling of water. Please do not use diesel and petrol powered generators at or near the tent area.



Sacensību 1. diena/ 1st DAY – "Kazupes"



SACENSĪBU CENTRS · EVENT CENTRE Sacensību 2. un 3. diena / 2nd & 3rd day



TEHNISKĀ INFORMĀCIJA

1. Sacensību rajoni

1. sacensību diena. Pārsvārā skuju koku mežs ar dažādu caurejamību, kas mijas ar jaunaudzēm, jauniem un arī aizaugušiem izcirtumiem. Apvidū pēdējo nedēļu laikā plosījies viesulis, kas radījis jaunas vējgāzes, kuras var arī nebūt iezīmētas kartē- daudz kritušo koku. Reljefs ar vidējām formām. Maksimālā augstumu starpība nogāzē – 40 m. Daļā no atklātām vietām sastopamas nātres, kas kartē attēlotas ar violeto vertikālu svītrojumu. Vietām lielas papardes.

2. un 3. sacensību diena. Pārsvārā dažāda vecuma priežu mežs, vietām jaunaudzes, vidējas formas reljefs, vietām ar stāvām nogāzēm. Maksimālā augstumu starpība nogāzē – 40 m. Izteikts kvartālistīgu tīkls. Skriešanas iespējas no labas līdz vidējai. Vietām mežā sastopamas lielākas papardes un arī nātres. **Bīstamas vietas: ūdeņu tuvumā sastopamas bebru veidotas alas, kas grūti pamanāmas.**

2. Kartes

Sagatavotas 2021. gada pavasarī un vasarā. Karšu mērogs W8* M8* W10* M10* W12* M12* - 1:5000; Open-100, MW65 un vecākiem - 1:7500; pārējām grupām - 1:10000. Augstumlīknes ik pēc 5 m. Visām grupām kartes drukātas ar digitālo printeri. Kartes drukātas uz mitrumizturīga papīra. KP leģendas uzdrukātas uz kartes un izpildītas grafisku piktogrammu veidā pēc IOF standartiem. Leģendu 2. eksemplāru varēs saņemt priekšstarta laikā. Grupām M8*, W8*, M10*, W10* arī vārdiskie paskaidrojumi.

Lokālās zīmes: brūns trīstūris – skudru pūznis; zaļš krustiņš – izgāzta sakne (kartē attēlotas tikai lielākās saknes); zaļš aplītis – atsevišķi augošs koks; violets vertikāls svītrojums- nātru lauki.

3. Distancesi

Katras grupas distance iedrukāta kartē, KP savienoti ar līnijām izešanas secībā. 1. un 3. dienā visās distancēs, kas startē 1. un 2. starta paredzēti dzirdināšanas punkti, kas apzīmēti ar violetu glāzīti. Distanču autori: 1. dienā - Aigars Leiboms, 2. un 3. dienā - Indulis Peilāns **GPS ceļu augšupielāde būs pieejama lapā www.o-track.dk pēc attiecīgās sacensību dienas starta slēgšanas.**

4. Starta kārtība

Katrā sacensību dienā ir trīs starti. No starta Nr. 3 startē MW8*, MW10*, MW12*. No starta Nr. 2 startē MW12, MW14**, MW14L, WM16**, W16L, MW210**, W65, MW70, MW75, MW80, OPEN100, DIR1, DIR2, DIR3, DIR4 grupas. No starta Nr.1 startē pārējās grupas.

Starta intervāls 1–6 min. Kontrola laiks 120 min. Priekšstarts 3 min, priekšstarta zonā ir obligāti jāveic SPORTident kartes atmiņas dzēšana stacijā CLEAR, **dalībnieks ir pats atbildīgs par savas SPORTident kartes atmiņas dzēšanu.** Dalībnieki kartes drīkst paņemt starta brīdī.

5. Finiša kārtība

Dalībnieka laiku fiksē ar atzīmēšanas SPORTident finiša stacijā uz finiša līnijas. Pēc tam dalībniekam jānodod uz SPORTident karšu nolaišanu finiša teltī.

2. sacensību dienā distancēm, kas startē no Starta 1 un 2 ir vairāki pēdējie punkti un finiša stacijas atradīsies mežā. Pēc atzīmēšanās finiša stacijā mežā pa marķējumu jānodod uz Ident nolaišanas telti sacensību centrā!!!

Pēc finiša sacensību karte paliek pie dalībnieka. **Lūdzam dalībniekus ievērot godīgas spēles (fair play) principus, t.i., finišējušie dalībnieki nedrīkst sniegt informāciju un rādīt savas kartes dalībniekiem, kuri nav startējuši, citādi pēc LOF sacensību noteikumiem dalībnieku var diskvalificēt.**

6. SPORTident

- Visām grupām atzīmēšanās ar SPORTident. Atzīmēšanās gan AIR+ bezkontakta, gan parastajā režīmā.
- DIR dalībnieki SPORTident kartes saņem piesakoties DIR grupai sacensību centrā **un DIR dalībniekiem īrētās SPORTident kartes jāatstāj finišā.**
- Dalībniekam jāveic distance ar tādu SPORTident karti, ar kādu numuru tā reģistrēta starta protokolā. Lūdzam nesajaukt SPORTident kartes, pretējā gadījumā jūs var diskvalificēt. Problēmu gadījumā nekavējoties griezies sacensību sekretariātā.

• Atzīmējoties kontrolpunktā ir jāsaņem skaņas un gaismas signāls, kas apstiprina atzīmes ierakstīšanu SPORTident kartē, izmantojot SIAC bezkontakta čipu skaņas un gaismas signāls būs no čipa, izmantojot parasto SI čipu signāls būs no stacijas. Ja izmantojot SIAC bezkontakta čipu neatskan signāls no čipa, tad jāveic atzīme ievietojot čipu stacijā. Ja ievietojot čipu stacijā skaņas un gaismas signāls nestrādā, tad dalībniekam ir jāveic atzīme ar mehānisko kompostieri uz sacensību kartes speciāli apzīmētos laucīņos. Kontrolpunktos, kur ir novietota vairāk kā viena SPORTident stacija, ja nestrādā viena stacija, tad vispirms jāveic atzīme blakus esošajā stacijā.

• Ja dalībnieks atzīmējas pārāk ātri un nesagaida apstiprinājuma signālu, tad viņa SPORTident kartē nebūs attiecīgās atzīmes, un dalībnieks tiks diskvalificēts (arī tādā gadījumā, ja kontrolpunkta stacijas atmiņā ir ticis reģistrēts SI kartes numurs). Dalībnieks var pieprasīt nolasīt konkrētā kontrolpunkta ierīcē ierakstīto informāciju par to samaksājot 20 EUR, ja ierīcē atrodama dalībnieka atzīme, kas nav kļūdaina, dalībniekam tiek ieskaitīts attiecīgais KP un atgriezta samaksa, citos gadījumos samaksa netiek atgriezta.

• Lūgums dalībniekiem neaizmirst SPORTident kartes, dodoties uz startu, kā arī neaizbraukt no sacensībām ar īrētajām SPORTident kartēm, bērnu vecākiem parūpēties, lai jaunāko grupu dalībnieki tās nepazaudē.

• Par pazaudētu vai sabojātu īrēto SPORTident karti dalībniekiem jākompensē organizatoriem kartes vērtība (SI9 – 40 EUR; SI10 – 50 EUR, SIAC – 65 EUR).

• **Tiešsaistes rezultātiem varēs sekot <http://live.kapa.lv/>**

7. Attālumi

«Porkaļi» – „Kazupe” - 25 km

	dienas centra P	P – finišs	Finišs – starts	Finišs – starts	Finišs – starts
1. diena	25 km	Max 200 m	Starts 1 – 1800 m	Starts 2 – 1200 m	Starts 3 – 600 m
2. diena		500 m	Starts 1 – 1200 m	Starts 2 – 1200 m	Starts 3 – 200 m
3. diena		500 m	Starts 1 – 2300 m	Starts 2 – 1900 m	Starts 3 – 400 m

Uz/no 1. dienas centru un sacensību centru Porkaļos lūdzam braukt pa ceļu kas iezīmēts shēmā, jo citi ceļi ko varētu piedāvāt GPS navigācija ir kļuvuši neizbraucami pēc pēdējo nedēļu vētrām.

8. Marķētās distances

Grupām M8*, W8*, tāpat kā grupām M10*, W10* KP atrodas uz marķējuma. Uz marķējuma var atrasties arī citi KP, kuros nav jāatzīmējas. Grupām M12*, W12* KP atrodas tuvumā marķējumam (līdz 200 m). Dalībnieki var skriet pa marķējumu vai izvēlēties citu ceļu – bez marķējuma. Marķējums ir balti-sarkans.

9. Atklātās grupas (DIR)

DIR 1, DIR 2, DIR 3 un DIR 4 pieteikšanās sekretariātā, sacensību dienu centros.

Starta maksa līdz MW20 - 7,00 EUR par dienu; MW60 un vecākiem - 9,00 EUR par dienu; pārējiem 14,00 EUR par dienu.

SPORTident kartes īres maksa 2,00 EUR par dienu.

1. Terrains

Day 1. Mainly coniferous forest with variable runnability. There are many fallen trees and some hard to pass areas created by thunderstorms during the last couple of weeks, some of these areas might not be depicted on the map. Medium size relief forms. Maximum height difference is 40 metres. Irregular network of rides. In some areas there is dense growing nettles which are depicted on the map with violet vertical lines. There are large ferns in some areas.

Day 2 and 3. Mostly pine forest of various ages, some parts with very young forest, medium size relief forms, some places with steep slopes. Distinct network of rides. Maximum height difference is 40 metres. Runnability from good to medium. There are large ferns and nettles in some areas. **Dangerous places: near the water there can be beaver made caves that are hard to see.**

2. Maps

Prepared in spring and summer of 2021. Map scale W8* M8* W10* M10* W12* M12* - 1:5000; OPEN-100, MW65 and older - 1:7500; other classes 1:10000. Contour interval 2,5 m. For all classes the maps are digitally printed on waterproof paper.

Control descriptions are printed directly on the map as a pictogram, according to the IOF standards. Spare control descriptions will be available at the pre-start corridor. For classes M8*, W8*, M10*, W10* there will also be verbal descriptions.

Local signs used on the map: brown triangle – anthill; green cross – tree root (only large roots are drawn in the map); green circle – stand-alone tree; violet vertical lines – dense nettle areas

3. Courses

Courses for each group are printed on the maps, controls are connected in the compulsory order of visiting. Day 1 and 3 all courses starting from Start 1 and 2 will have drinking points that are marked on map with violet glass symbol. Course planners: Day 1 - Aigars Leiboms, Day 2 and 3 - Indulis Peilāns. **GPS route upload will be available for every competition day at the website www.o-track.dk after start is closed.**

4. Start Order

There are three separate start areas at each day's competition. Classes MW8*, MW10*, MW12* start from START No.3. Classes MW12, MW14**, MW14L, WM16**, W16L, MW210**, W65, MW70, MW75, MW80, OPEN100, DIR1, DIR2, DIR3, DIR4 start from START 2. Other classes start from START 1.

Start interval is 1–6 minutes. The control time limit is 120 minutes. Prestart is 3 minutes, in prestart area you need to clear the old records from SPORTident chip memory in station CLEAR. It is competitors responsibility to ensure that he/she has CLEARED the chip. Participants may take the maps at the moment of start.

5. Finish Order

Finish time is registered by punching at the finish line. After finishing competitors proceed to SPORTident chip readout in the finish tent.

On Day 2 for courses starting from Start 1 and 2 there are several last controls and the finish punch station is in the forest. After finish punch, competitors should follow the markings to SI readout tent in the competition center.

Maps will remain with the participant. **Please obey 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 yet started. According to LOF competition rules, violation of fair play principles may lead to disqualification of the participant.**

6. SPORTident

- SPORTident electronic punching will be used for all groups. Punching is possible both in AIR+ touchfree and regular punching mode.
- DIR groups receive rented chips when registering at the event center, **and DIR group runners should return rented chips at the finish after each day's race.**
- The participants should run the course with the SPORTident chip that is registered in the Start List. Please, do not accidentally swap SPORTident chips, or you can be disqualified. In case any problems occur, please contact the Registration desk.
- When punching at the control point you need to wait for sound and light signal that confirms that punch has been recorded in your chip, when using SIAC chip in touchfree mode the signal will be from chip, when using regular SI chips signal will be from station. If there is no signal from SIAC chip the punch should be done by inserting SIAC chip into the station. If sound and light signal is not given by control station then punch should be made with the mechanical backup punch on the specially marked fields on the map. In control points where there are multiple control stations in case of failure of one station make the punch in the other station.
- If runner punches the control too fast and does not wait for response signal from control station unit, then there is no control recorded on the chip and runner will be disqualified (even if the chip number has been stored in the control station unit's memory). Runner can request the readout of control units backup memory by paying 20 EUR deposit. If the control is found to contain a complete (non-error) punch, the runner be recorded as having punched that control correctly and the fee will be returned; otherwise the fee will be retained by the organiser.
- Please do not forget your SPORTident chips when going to start and do not leave the event for home without returning the rented chips. Parents, please take care of your kids' chips.
- The charge for lost or damaged SPORTident chip SI9 – 40 EUR, SI10 – 50 EUR, SIAC – 65 EUR.
- Live results can be followed at <http://live.kapa.lv/>

7. Location distance

	«Porkaļi» to parking a competition site	From Parking to Finish area	Finish – Start	Finish – Start	Finish – Start
1st day	25 km	Max 200	Start 1 – 1800 m	Start 2 – 1200 m	Start 3 – 600 m
2nd day	-	500 m	Start 1 – 1200 m	Start 2 – 1200 m	Start 3 – 200 m
3rd day	-	500 m	Start 1 – 2300 m	Start 2 – 1900 m	Start 3 – 400 m

To/From Day1 competition site to event center in Prokali, please follow the route shown on the map, there are some nonpassable obstacles on other roads that could be recommended by GPS navigation devices.

8. Marked Courses

For courses M8* and W8*, as well as M10* and W10* the controls are located directly on marking. There may be other controls on the marking that need not be punched. For courses M12* and W12* controls are located near the marking (up to 200 m). Participants are allowed to run along the marking or choose a shorter route. The marking is with a red-and-white colored band.

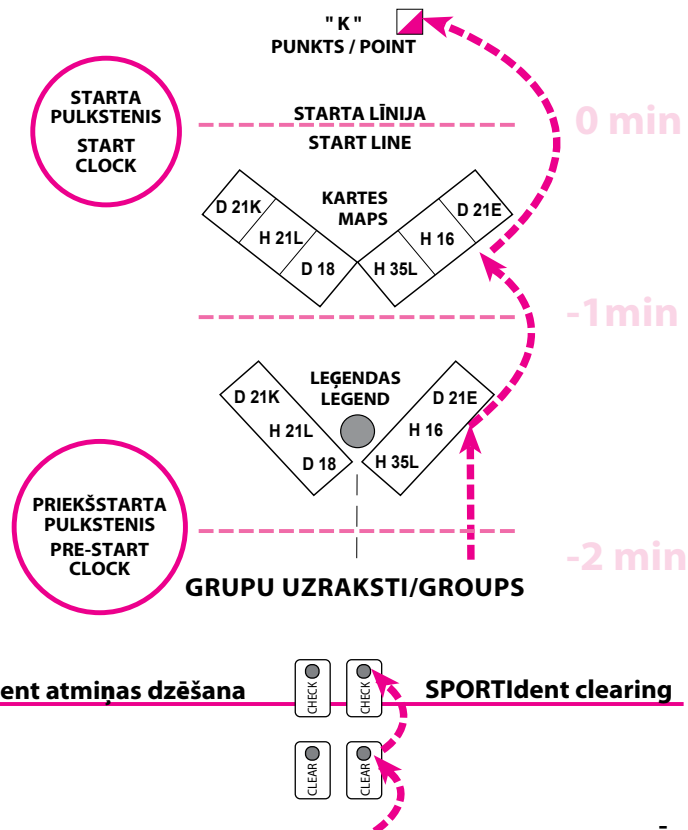
9. Direct Groups (DIR)

Registration for participation in DIR 1, DIR 2, DIR 3, DIR 4 courses shall be done at the Registration desk competition centres of each day. The fee for participants qualifying for MW20 and younger is 7,00 EUR per day, for MW60 and older 9,00 EUR per day, for all the rest 14,00 EUR per day. SPORTident rent is 2,00 EUR per day.

DISTANČU PARAMETRI • COURSES

GRUPA	STARTA Nr	1. DIENA / DAY		2. DIENA / DAY		3. DIENA / DAY	
W8*	3	1.2 km	5 KP	1.0 km	4 KP	1.2 km	5 KP
W10*	3	1.2 km	5 KP	1.0 km	4 KP	1.2 km	5 KP
W12*	3	1.4 km	5 KP	2.0 km	8 KP	1.8 km	8 KP
W12	2	2.1 km	8 KP	2.1 km	8 KP	3.0 km	10 KP
W14**	2	2.6 km	9 KP	2.4 km	9 KP	3.2 km	12 KP
W14L	2	2.7 km	10 KP	2.9 km	12 KP	3.9 km	16 KP
W16**	2	2.7 km	10 KP	2.9 km	12 KP	3.9 km	16 KP
W16L	2	3.0 km	11 KP	3.1 km	12 KP	4.1 km	17 KP
W18	1	4.9 km	14 KP	3.4 km	11 KP	4.9 km	14 KP
W20	1	4.8 km	12 KP	4.4 km	18 KP	5.8 km	19 KP
W210**	2	2.8 km	11 KP	2.3 km	9 KP	3.4 km	13 KP
W21S	1	4.4 km	15 KP	3.2 km	13 KP	4.4 km	15 KP
W21L	1	4.8 km	12 KP	4.4 km	18 KP	5.8 km	19 KP
W21E	1	6.8 km	16 KP	5.1 km	17 KP	8.0 km	22 KP
W35S	1	4.0 km	11 KP	3.8 km	14 KP	4.3 km	15 KP
W35L	1	5.0 km	13 KP	4.3 km	15 KP	5.6 km	18 KP
W40S	1	3.6 km	12 KP	3.3 km	13 KP	4.4 km	18 KP
W40L	1	4.7 km	13 KP	4.2 km	13 KP	5.0 km	17 KP
W45S	1	3.6 km	12 KP	3.3 km	13 KP	4.4 km	18 KP
W45L	1	4.5 km	14 KP	4.0 km	13 KP	4.7 km	15 KP
W50S	1	3.6 km	12 KP	3.3 km	13 KP	4.4 km	18 KP
W50L	1	4.5 km	14 KP	4.0 km	13 KP	4.7 km	15 KP
W55	1	4.2 km	13 KP	3.9 km	14 KP	4.5 km	14 KP
W60	1	4.0 km	11 KP	3.8 km	14 KP	4.3 km	15 KP
W65	2	3.4 km	12 KP	3.2 km	11 KP	3.9 km	17 KP
W70	2	3.0 km	11 KP	2.7 km	11 KP	3.2 km	14 KP
W75	2	3.0 km	11 KP	2.7 km	11 KP	3.2 km	14 KP
W80	2	2.4 km	10 KP	2.3 km	10 KP	3.0 km	13 KP
M8*	3	1.2 km	5 KP	1.0 km	4 KP	1.2 km	5 KP
M10*	3	1.2 km	5 KP	1.0 km	4 KP	1.2 km	5 KP
M12*	3	1.4 km	5 KP	2.0 km	8 KP	1.8 km	8 KP
M12	2	2.6 km	9 KP	2.4 km	9 KP	3.2 km	12 KP
M14**	2	2.8 km	11 KP	2.3 km	9 KP	3.5 km	13 KP
M14L	2	3.0 km	11 KP	3.1 km	12 KP	4.1 km	17 KP
M16**	2	3.5 km	12 KP	3.0 km	11 KP	5.0 km	14 KP
M16L	1	5.9 km	16 KP	4.3 km	15 KP	5.8 km	18 KP
M18	1	7.2 km	17 KP	5.5 km	15 KP	7.2 km	18 KP
M20	1	8.8 km	18 KP	5.8 km	18 KP	8.8 km	22 KP
M210**	2	3.5 km	12 KP	3.0 km	11 KP	3.5 km	13 KP
M21S	1	5.1 km	14 KP	4.6 km	16 KP	5.2 km	17 KP
M21L	1	7.6 km	19 KP	6.4 km	18 KP	8.8 km	23 KP
M21E	1	9.9 km	22 KP	6.5 km	20 KP	11.3 km	25 KP
M35S	1	4.9 km	12 KP	4.4 km	14 KP	5.2 km	13 KP
M35L	1	8.8 km	18 KP	5.8 km	18 KP	8.8 km	22 KP
M40S	1	4.9 km	12 KP	4.4 km	14 KP	5.2 km	13 KP
M40L	1	7.0 km	17 KP	6.2 km	20 KP	7.6 km	21 KP
M45S	1	4.7 km	13 KP	4.2 km	13 KP	5.0 km	17 KP
M45L	1	6.6 km	16 KP	5.8 km	17 KP	7.0 km	19 KP
M50S	1	4.5 km	14 KP	4.0 km	13 KP	4.7 km	15 KP
M50L	1	6.0 km	15 KP	5.5 km	18 KP	6.5 km	18 KP
M55	1	5.3 km	12 KP	5.2 km	15 KP	5.7 km	16 KP
M60	1	5.1 km	13 KP	4.7 km	15 KP	5.0 km	15 KP
M65	1	4.6 km	13 KP	4.3 km	15 KP	4.8 km	15 KP
M70	2	3.3 km	13 KP	3.2 km	13 KP	4.1 km	14 KP
M75	2	3.3 km	13 KP	3.2 km	13 KP	4.1 km	14 KP
M80	2	3.0 km	11 KP	2.7 km	11 KP	3.2 km	14 KP
DIR 1 **	2	2.3 km	8 KP	2.4 km	8 KP	2.8 km	11 KP
DIR 2	2	3.5 km	12 KP	4.0 km	14 KP	4.4 km	15 KP
DIR 3**	2	4.7 km	12 KP	5.1 km	14 KP	5.0 km	16 KP
DIR 4	2	7.2 km	17 KP	6.6 km	21 KP	6.4 km	22 KP
OPEN100	2	3.3 km	13 KP	3.2 km	13 KP	4.1 km	14 KP

Publicātie distanču garumi dažām grupām var nedaudz atšķirties no patiesās distances garuma sacensību dienā. * – marķētā distance ** – tehniski vieglas distances. Published distance lengths for some groups may vary slightly from actual distance length of the race day. * – marked course. ** – technically easy courses.



KĀRTĪBA STARTĀ

Sākumā dalībniekam obligāti jāievieto sava Sportident karte starta stacijā CLEAR un tad CHECK!

Trīs minūtes pirms starta 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 markējumu **skrien līdz «K» punktam.**

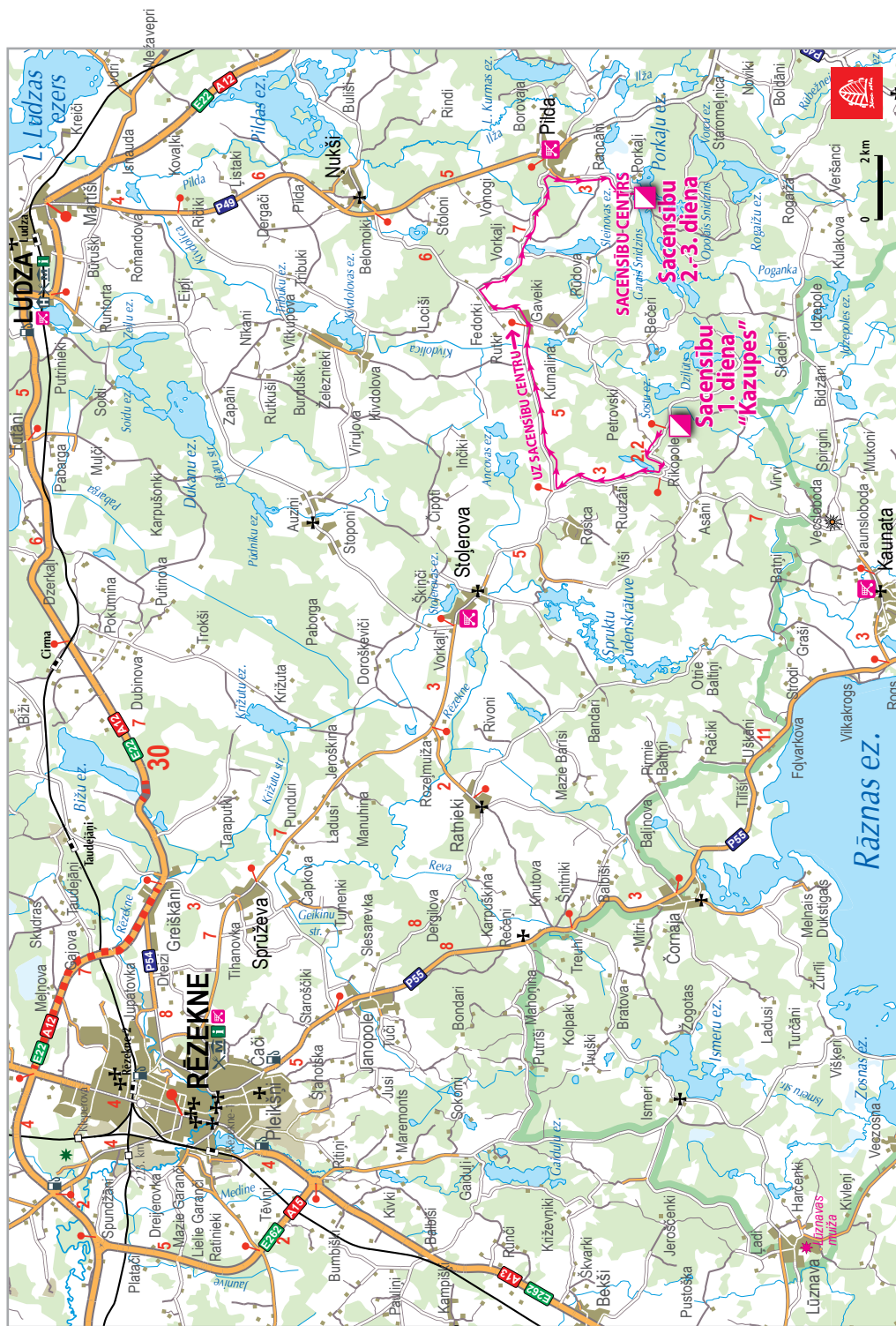
ORDER AT THE START

First of all clear your SPORTident card in station CLEAR and then CHECK

3 minutes before start 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» point.**





KUBE

MĒBELES MĀJAI

www.kube.lv

XXXIV KĀPAS ORIENTĒŠANĀS TRĪSDIENU DALĪBNIEKIEM

10% ATLAIDE

Uz saredzēšanos nākamgad !



LATVIJAS KAUSA
SADARBĪBAS PARTNERI

MAXIMA

SUUNTO
CONQUERING NEW TERRITORY




LATVIJAS VALSTS MEŽI
KOKSNE • STĀDI • ATPŪTA

LSFP
LATVIJAS SPORTA FEDERĀCIJU PADOME


Izglītības un zinātnes
ministrija



Radošā
tipogrāfija

FONONS®