



Regler för OK Nackhe's Nattcup 2019 – 2020 Etapp 1



För att få en Nattcup där alla kan tävla mot alla är årets Nattcup Etapp 1 en poängjakt med avdrag efter hur snabb man var på Grötfesten 2019.

Det finns 3 olika klasser, lätt, medel och lång.

Men det enda som skiljer är hur länge man skall vara ute och hur många poäng man får för de olika kontrollerna. Så alla har samma kontroller, men springer man lätt klassen får man mer poäng

Poäng/kontroll och max poäng i de olika klasserna:

Nr	Lätt	Mellan	Lång
119	6	4	2
120	3	2	1
121	15	10	5
122	24	16	8
123	3	2	1
124	24	16	8
125	30	20	10
126	9	6	3
127	24	16	8
128	18	12	6
129	36	24	12
130	6	4	2
131	21	14	7
132	60	40	20
133	12	8	4
134	36	24	12
135	51	34	17
136	45	30	15
137	15	10	5
138	18	12	6
Max	456	304	152

Som ni ser så får medel x2 och lätt x3/kontroll jämfört med lång.

Sedan så finns det en tidsgräns för varje klass, med ett poängavdrag/påbörjad minut man kommer efter tidsgränsen

- Lätt: tidsgräns 30 minuter, efter det -6 poäng/påbörjar minut
- Medel: tidsgräns 40 minuter, efter det -4 poäng/påbörjar minut
- Lång: tidsgräns 50 minuter, efter det -2 poäng/påbörjar minut

Sedan kommer avdraget till bara för att stöka till det.

Det är beräknat efter km tiden man hade på grötfesten och sedan en massa omräkningar med hemliga formler mm, så att det kanske blir lite rättvist.

Nedan kan man se vilket poängavdrag/tillägg man får beroende på vilken klass man anmält sig i.

Jag har markerat de som anmält sig redan

Kort		1,7	Kort	Mellan	Lång
Annika Andersen	00:20:36	00:12:07	159	-101	-

Hugo Wadsö	00:21:05	00:12:24	151	-105	-
Adam Johansson	00:21:30	00:12:38	145	-108	-
Alice Sjöarv	00:21:41	00:12:45	142	-109	-
Liam Senby	00:22:00	00:12:56	137	-111	-
Alinda Rundqvist	00:23:58	00:14:05	112	-124	-
Adam Norlander	00:26:20	00:15:29	86	-137	-
Ruben Lundahl	00:27:34	00:16:12	74	-143	-
Siri Johansson	00:29:43	00:17:28	56	-152	-
Frank Baeck	00:32:46	00:19:16	35	-163	-
Majvi Baeck	00:35:32	00:20:54	19	-171	-
Tage Johansson	00:36:25	00:21:25	14	-173	-
Oskar Andersson	00:38:20	00:22:32	5	-178	-
Casper Andersson	00:39:21	00:23:08	0	-180	-
Mellan		3,6 Kort	Mellan	Lång	
Catarina Bengtsson	00:37:30	00:10:25	295	97	-22
Björn Nilsson	00:36:08	00:10:02	306	104	-18
Helen Johansson	00:42:46	00:11:52	260	73	-33
Malin Brorson	00:41:30	00:11:31	267	78	-31
Sven-Arne Bengtsson	00:46:45	00:12:59	238	59	-41
Karin Norlander	00:42:52	00:11:54	259	73	-34
Elisabeth Möller	00:46:46	00:12:59	238	59	-41
Mikael Oskarsson	00:55:17	00:15:21	202	35	-53
Anders Larsson	00:41:30	00:11:31	267	78	-31
Adrian Marks	01:14:52	00:20:47	151	0	-70
Linda Gyllén	01:15:08	00:20:52	150	0	-70
Madeleine Wadsö	01:14:11	00:20:36	152	1	-69
Lång		5,2 Kort	Mellan	Lång	
Jonas Johansson	00:41:49	00:08:02	373	174	12
Håkan Langenbach	00:44:14	00:08:30	332	161	5
Linnéa Johnsson	00:39:37	00:07:37	415	188	19
Jonas Nilsson	00:38:40	00:07:26	434	195	22
Tommy Johnsson	00:44:10	00:08:29	333	161	6
Lars Svensson	00:46:19	00:08:54	300	150	0
Adam Sjöarv	00:34:29	00:06:37	533	228	39
Johan Gustafsson	00:39:30	00:07:35	417	189	20
Anders Sjöarv	00:41:12	00:07:55	384	178	14

Ja, det kommer säkert att behöva justeras en del...

De som missade grötfesten gör jag en uppskattning på hur stort avdraget skall vara.

Och givetvis går det utmärkt att anmäla sig på plats, även från andra klubbar!

Välkomna – OK Nackhe!



Varbergs
Sparbank



VE
VARBERG ENERGI

**TEAM
SPORTIA**