



Tilbud for alle! Klubbturn til Night Hawk er en perfekt start på høstsesongen!

- Stemning og fart i Night Hawk-døgnet!
 - herrer, damer, veteraner og ungdom
- Løperbank og «Drop-in» for enkeltløpere
- Fartsfylte løyper for alle og innlagt fartsetappe
- Night Hawk er åpen for alle typer lag – venner, bedriftslag, skoleklasser o.l.,
 - Samme løper kan løpe både natt og dag – på samme lag eller flere lag
- Nybegynnertilbud og småtroll på lørdag

- Night Hawk herrer: 8 etapper, 4 natt + 4 dag
- Night Hawk herrer veteran (> 35 år): 6 etapper, 3 natt + 3 dag (dels samme løyper som herrer)
- Night Hawk damer: 6 etapper, 3 natt + 3 dag
- Night Hawk damer veteran (> 35 år): 4 etapper, 2natt + 2 dag (dels samme løyper som damer)
- Night Hawk jenter (12–16 år): 4 etapper, 2 natt + 2 dag
- Night Hawk gutter (12–16 år): 4 etapper, 2 natt + 2 dag
- Fellesstart klassevis for alle nattetapper
- Ugaflet og C nivå i jenteklassen og i gutteklassen på nattetappene

Arena

Eggemoen leir ved
Eggemoen flystripe
10 km fra Hønefoss
52 km fra
Gardermoen
66 km fra Oslo,
Merket fra E16
mellom Jevnaker og
Hønefoss



www.nighthawk.no

www.facebook.com/nighthawkrelay
Insta/Twitter: @nighthawkrelay / #nighthawkrelay

Program

Torsdag 3. august kl 18:00

Treningsløp i relevant terreng

Fredag 4. august

19.00: Arena og sekretariat åpner, endringer på lagene, drop in

19.30 – 21.30: Utlevering av emiTag (bruk egen emiTag eller gratis utlån fra arrangør)
Utlevering av GPS

22.00: Første fellesstart

00.30: Seremoni, nattetapper

Lørdag 5. august

08.00 – 10.00: Frokost på arena – kr 50,-

09.00 Sekretariat åpner, endringer på lagene, drop in

09.00 - 11: 30 Utlevering av emiTag og GPS

10.30 Jaktstart jenter og gutter

12.00 Jaktstart damer og herrer og veteran

15:30 Premieseremoni og jordbærfest

18.00 Løpermiddag/klubbmiddag

21.00 Night Flash

Mer detaljert tidsplan kommer i senere informasjon og i PM

Søndag 6. august

Night Hawk Ringeriksløpet – se egen info på baksiden

Kart

Eggemoen, del av kart Hensmoen – Eggemoen utgitt i 2015, oppdatert våren 2017. 1:10.000, ekvidistanse 5 m, offset-trykket i 5 farger.

Terreng

Løpsområdet består av tre vidt forskjellige terrengtyper. Løypene går i hovedsak på en flat, fartsfylt furumo med et nettverk av stier, og innslag av områder med dødisgroper. Store områder med høyvokst furuskog, men også hogstflater og ungskogsområder. Løpbarheten er gjennomgående svært god, og det blir rekordraske km-tider. Løypene for senior og veteran går også litt i detaljrik skråli med krevende kartlesing og et utfordrende ravineområde. I begge disse områdetypene er løpbarheten gjennomgående god. I ravineområdet bratte skråninger.

Terrengsperring

Terrengområdet framgår av kart på www.nighthawk.no. Vi viser til konkurransereglens bestemmelser om sportslig opptreden, og spesielt 12.2.1. om at en deltaker i o-løp ikke må forsøke å skaffe seg kjennskap til løpsområdet ved rekognosering før konkurransen.

Trening

Det vil være tilgjengelig to relevante treningsopplegg fra 1.5.2017, se www.nighthawk.no

Torsdag 3. august kl 18:00 arrangeres treningsløp med fellesstart ca 6 km, i relevant furumo-terreng. Nærmere informasjon om sted på www.nighthawk.no

For ytterligere bistand til klubbtreninger kontakt Ringerike o-lag, ved Morten Dåsnes (tlf 41618459).

Klasser og løypelengder

Night Hawk Damer (D 17-)

- 6 etapper: Natt: 5,5 - 5,5 - 8 km, Dag: 4*- 5,5 - 5,5 km
- De to første etappene natt er raske og lettløpte løyper
- * Fartsetappe, ugafla, med km-tid ned mot 5 min
- Alle etapper inkluderer 0,5 - 1 km merka løype

Night Hawk Herrer (H 17-)

- 8 etapper: Natt 7 - 7 - 9 - 11 km, Dag: 6* - 6 - 6 - 8 km
- De to første etappene natt er raske og lettløpte løyper
- * Fartsetappe, ugafla, med km-tid ned mot 4 min
- Alle etapper inkluderer 0,5 - 1 km merka løype

Night Hawk Damer Veteran (D 35-)

- 4 etapper: Natt : 5,5 - 5,5 km, Dag: 4*- 5,5 km
- * Fartsetappe, ugafla, med km-tid ned mot 6 min
- Alle etapper inkluderer 0,5 - 1 km merka løype

Night Hawk Herrer Veteran (H 35-)

- 6 etapper: Natt: 7- 7- 9 km, Dag: 6*- 6 - 6 km
- De to første etappene natt er raske og lettløpte løyper
- * Fartsetappe, ugafla, med km-tid ned mot 5 min
- Alle etapper inkluderer 0,5 - 1 km merka løype

Night Hawk Jenter (D 12-16)

- 4 etapper: Natt 3,5 - 3,5 km, Dag: 4 - 4 km
- Nattetappene har C-nivå, og er samme løype for begge etapper slik at løperne kan løpe sammen
- Dagetappene er gafla og har B-nivå.
- Alle etapper inkluderer 0,5 - 1 km merka løype

Night Hawk Gutter (H 12-16)

- 4 etapper: Natt 3,5 - 3,5 km, Dag: 4,5 - 4,5 km
- Nattetappene har C-nivå, og er samme løype for begge etapper slik at løperne kan løpe sammen
- Dagetappene er gafla og har B-nivå.
- Alle etapper inkluderer 0,5 - 1 km merka løype

Forbehold om inntil 10% avvik på alle oppgitte løypelengder.

Vi oppfordrer til kreativitet for å sette sammen lag. I alle gutte-/herreklasser kan jenter/damer i aktuell alders-klasse også løpe. Husk at samme løper kan løpe både en natt- og en dag-etappe. Konkurransereglene åpner for flerklubblag, og det vil bli etablert «løperbank» på www.nighthawk.no

Stemplingsystem

Emit touch-free i alle klasser. Bruk egen brikke eller lån (gratis) av arrangøren



Premiering

Egen premieseremoni for ungdom ca kl 13:00
Premieseremoni for Damer og Herrer ca kl 15:30

Matservering

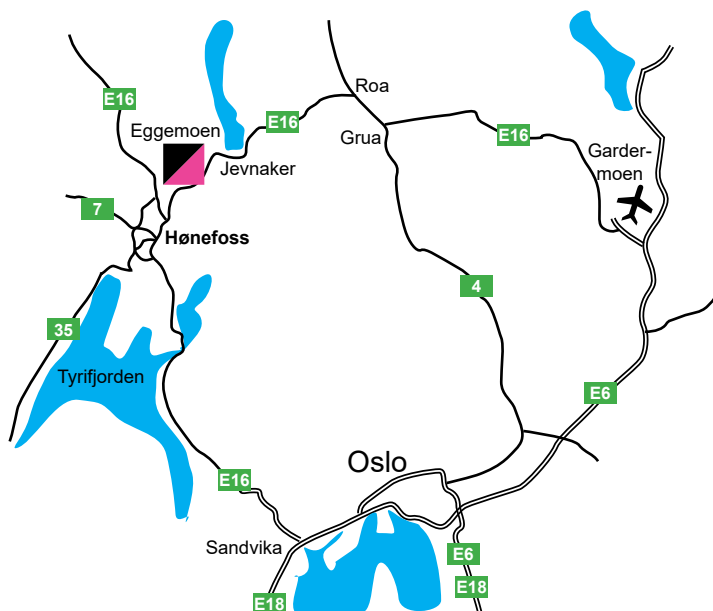
Stort utvalg. Varm mat på arena fredag og lørdag
Frokost på arena

Overnatting

Comfort Hotel Ringerike har spesialtilbud på overnatting: kr 375,- i dobbeltrom, kr 283,- i tremannsrom og kr 223,- i firemannsrom per person per natt inkludert frokost. For reservasjonsinformasjon kontakt booking.ringerike@choice.no. Reference Night Hawk

Trafikk og parkering

Parkering 200 – 1000 m fra samlingsplass, kr 20 pr dag
Det vil bli lagt ut mer informasjon på Night Hawksiden og på Eventor med ruteopplysning for transport fra Gardermoen og fra Oslo og Hønefoss nærmere løpet.



Påmelding

All påmelding skal skje i Eventor:
Utenlandske klubber skal i tillegg fylle inn et skjema med kontaktopplysninger <http://bit.ly/nh2017team>
Info: entry@nighthawk.no

Startkontingent

	Innen 14.5	Innen 25.7	Innen 31.7
Herrer	1600,-	2400,-	3000,-
Damer	1200,-	1800,-	2250,-
Herrer veteran	1200,-	1800,-	2250,-
Damer veteran	800,-	1200,-	1500,-
Ungdom	600,-	600,-	600,-

Drop in og løperbank kr 200,- pr løper

Alle priser i norske kroner.

Lag utenfor Norden betaler 50% av gjeldende pris.

Betaling

Norske klubber faktureres etterskuddsvis.
Utenlandske klubber får tilsendt faktura etter påmelding
Kontaktadresse er obligatorisk for utenlandske klubber
Informasjon: Berit Danielsen; per.ekeberg@online.no

Hovedarrangører

Ringerike O-lag og IL Tyrving
Hovedleder: Jørgen Holmboe
e-post: jorgen.holmboe@online.no
mob: + 47 97681974
Løpsleder: Kari Strande
Løypeleggere: Lars Inge Arnevik, Sissel Skovly og Morten Dåsnes
Kontrollør: Øyvind Sørleie
Hjemmeside: www.nighthawk.no
Facebook: www.facebook.com/nighthawkrelay
Instagram/Twitter: @nighthawkrealy/ #nighthawkrelay

Søndag 6. august Night Hawk Ringeriksløpet

Ringerike O-lags Ringeriksløp arrangeres dagen etter Night Hawk-stafetten fra samme arena på Eggemoen.

Vi viderefører opplegget fra 2016 med **Poeng-O**:

Her er det et mål å ta så mange poster/poeng man klarer innenfor en gitt tidsramme. Vanlig klasseinndeling.
Informasjon: Se Eventor for utfyllende innbydelse og PM som kommer etterhvert



Elsker du stafett og nattorientering? Join oss og bli en ambassadør!
Bruk #nattorientering #10mila #jukola #nighthawkrelay