



PM

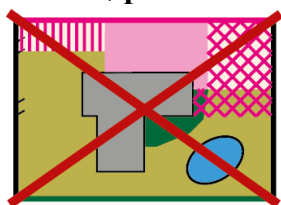
Frol IL ønsker velkommen til KM sprint for NTOK og STOK lørdag 12. mai 2018

Arena: Nord universitet, Røstad Levanger. Merket fra E6 x FV128 Okkenhaugsvegen (Heir-krysset) øst for Levanger sentrum

Parkering: Ca. 100 m fra arena.

Kart: Røstad, målestokk 1:4000, 2m ekvidistanse. Utgitt 2016, tegnet av Yngve Skogstad. Revidert april 2018 av Anton Bjartnes, Origo kart. Kartet følger ISSOM 2007. Noen forbudte gjerder, hekker etc kan være markert med merkebånd for å gjøres tydeligere i terrenget.

Det er løpernes ansvar å respektere forbudte områder ihht normen.



fairplay

trespassing, crossing and jumping over forbidden

Noen poster er plassert på spesiell detalj **x** og spesiell vegetasjonsdetalj **x** (grønn). Dette er hhv lekeapparat og spesielt tre.

**Terreng/
underlag:**

Området består av campus- og skoleområde med større og mindre bygninger, grasplen og enkelte skogspartier. Det er lite trafikk i området, men vis hensyn til turgåere og andre. Underlaget varierer noe mellom de ulike løypene, men anslås til ca 40% grus/asfalt, 45% gras og 15% skog/terreng.

Start: Første start kl. 11.00, N-åpen har fri start fra kl. 10.00. Ca 1000 m til start for alle klasser, følg merking østover fra arena. Det er ca 40m til startpost.

Klasser og løypelengder:

KM-klasser				Andre klasser	
D13-14	2,2 km	H13-14	2,2 km	N-åpen	1,3 km
D15-16	2,4 km	H15-16	2,5 km	D -10	1,3 km
D17-18, D19-20	2,6 km	H17-18, H19-20	3,1 km	D11-12	1,9 km
D21	2,6 km	H21	3,1 km	H -10	1,3 km
D35, D40, D45	2,4 km	H35, H40, H45	2,5 km	H11-12	1,9 km
D50, D55	2,2 km	H50, H55	2,4 km	C1,5	1,9 km
D60, D65	2,0 km	H60, H65	2,2 km	B2,0	2,2 km
D70	2,0 km	H70	2,0 km	A2,5	2,5 km

Løypelengdene er målt i luftlinje.

NTOK og STOK har ulik klasseinndeling i KM. Klasseoppsettet over er laget ut fra reglene i STOK, det vil si at samtlige klasser er KM-klasser i STOK. Unntaket er D/H35 og D/H40 som er slått sammen til D/H35 i KM (fet skrift). I NTOK gjelder følgende klasser fra og med junior: D/H17, D/H40, D/H50, D/H60, D/H70 (ihht fargene over).

Årsklasser som teller i samme KM-klasse har samme løype, så det vil lages egne resultatlister for KM. **Unntaket er D/H35, som i NTOK inngår i D/H17. Siden de ikke har samme løype konkurrerer ikke deltakerne i D/H35 i KM for NTOK.**

Flere løyper passerer på publikumspost nordøst for arena. Postene henger noen steder svært tett. Bruk postbeskrivelsen og sjekk koder nøye. Løse postbeskrivelser finnes på start.

Merk at det kan være poster til knock-out sprint i terrenget. Disse har ikke vanlig stemplingsenhet, men en touch-free enhet som på bidet til høyre. Disse enhetene kan ha samme kode som vanlige stemplingsenheter, men brukes altså ikke i KM.



- Tidtaking:** Tiden tas med EMIT-brikken. Aktiveres i startøyeblikket og stemping på målstreken. Backuplapp finnes på start. Leiebrikker kan lånes i løpskontoret for 30kr (begrenset antall).
- Startnummer:** Alle løpere skal løpe med startnummer som ligger i lagsposen.
- Etteranmelding:** Innen kl 10:00 (dobbel startkontingent). Forbehold om at det er ledige startnummer/kart.
- Direkteklasser:** N-åpen – C1,5 – B2,0 – A2,5
Påmelding innen kl. 11:00. Pris 70kr for 0-16år og 120kr for 17- år. Kvittering som du mottar ved påmelding, tas med til start.
- Småttroll/
barnepark:** På arena. Pris kr 20.
- Toalett:** I Trønderhallen nordvest for arena.
- Premiering:** Ihht. NTOKs regler. Medaljer i KM-klasser ihht NTOKs og STOKs regler.
- Salg:** Enkelt salg på arena. Vi tar Vipps.
Runes o-utstyr har salg av orienteringsartikler.
- Løpsleder:** Lars Sandstad Skjeset, lars.skjeset@gmail.com, 913 87 679
- Løypelegger:** Isak Bergset
- TD:** Arve Lægran, Steinkjer OK

Løpere i D/H13-14, D/H15-16, D/H17-18, D/H19-20 og D/H21 som IKKE ønsker å løpe knock-out sprint bes melde fra i løpskontoret før start i KM.



PM Knock-out sprint

Deltakere:

Løpere i klassene D/H13-14, D/H15-16, D/H17-18, D/H19-20 og D/H21 i KM kan løpe i den påfølgende knock-out sprinten. **Løpere i disse klassene som ikke ønsker å løpe knock-out sprint bes melde fra i løpskontoret før start i KM.**

Ungdomsklassene i KM slås sammen til D/H13-16 og junior- og seniorklassene slås sammen til D/H17 i knock-out sprint. I D/H13-16 får samtlige løpere løpe semifinale, fordelt på 3 heat i hver klasse. I D/H17 er de 18 beste fra KM sprint kvalifisert til semifinale, fordelt på 3 heat i hver klasse. De 2 beste i hvert heat går videre til finalene, som består av 6 løpere i hver klasse.

Kart:

Som for KM sprint. Under finalen vil en «fiktiv» sperring være angitt med tykk lilla strek på kartet og markert med merkebånd i terrenget. Denne er forbudt å krysse.

Terreng/ underlag:

Som for KM sprint.

Løpelengder:

Semifinale		Finale	
D13-16	1,0 km	D13-16	1,3 km
H13-16	1,0 km	H13-16	1,3 km
D17	1,2 km	D17	1,4 km
H17	1,3 km	H17	1,4 km

Finaleløypene har sommerfugl-gafling.

Postene henger tett, sjekk koder nøye.

Start:

Rett nordøst for arena. Ca 80m til startpost. Startintervall mellom semifinale-heat er 3 min og mellom finale-heat 5 min. **Tidskjemaet under er tentativt, så vær obs på at det kan komme endringer. Følg med på informasjon fra speaker og startpersonale.**

Heat	Start	Heat	Start	Heat	Start	Heat	Start
D13-16 1	13:00	H13-16 1	13:09	D17 1	13:18	H17 1	13:27
D13-16 2	13:03	H13-16 2	13:12	D17 2	13:21	H17 2	13:30
D13-16 3	13:06	H13-16 3	13:15	D17 3	13:24	H17 3	13:33
D13-16 F	14:00	H13-16 F	14:05	D17 F	14:10	H17 F	14:15

Tidtaking:

Det benyttes ikke vanlig Emit-brikke. Tiden tas med EmiTag og det stemples på touch-free stemplingsenheter. Det er ikke stemping på mål. Pass på å nulle EmiTag før start.

Løpere som er påmeldt med egen EmiTag skal løpe med denne. **Husk å varsle i løpskontoret i god tid hvis du har glemt den.** Øvrige vil få låne-tag ved opprop på start.