



Innbydelse
Midt-Norsk Mesterskap
og
Norgescup
i orientering
Stjørdal og Meråker 15.-17. august 2014



IL Varden Ski og Stjørdals-Blink Orientering ønsker velkommen til Midt-Norsk Mesterskap og Norgescup i orientering i midten av august. Vi håper på tre flotte konkurransedager i Stjørdalsdalføret.

Program fredag 15. august Sprint Norgescup D/H 17-18E, D/H 19-20E, D/H 21E Midt-Norsk Mesterskap Første start kl. 17.30 Stjørdal Sentrum (Link)	Program lørdag 16. august Langdistanse Norgescup D/H 17-18E, D/H 19-20E, D/H 21E Midt-Norsk Mesterskap Første start kl. 10.00 Meråker Sentrum (Link)	Program søndag 15. august Stafett Midt-Norsk Mesterskap og lagkonkurranse Første start kl. 10.00 Øyan i Meråker (Link)
--	---	--

Fellesinformasjon

Løpsledelse:

Løpsleder:

Jakob Haugen (haugen.jakob(at)gmail.com, mob 992 32 533)

Løypeleggere:

Håvard Hågård (sprint)

Tore Solheim (langdistanse)

Bård Solberg (stafett)

Teknisk delegerte:

Jan Arild Johnsen (arrangement NC)

Per Einar Pedersli (MNM og NC Sprint)

Terje Rønning (MNM Langdistanse)

Lars Skjeset (NC Langdistanse)

Olav Martin Indgaard (MNM Stafett)

Påmelding og etteranmelding:

Ordinær påmelding via Eventor (<http://eventor.orientering.no>) med frist fredag 8. august kl. 23.59.

NC-klassene (sprint og langdistanse) vil finnes i eget arrangement i Eventor, adskilt fra MNM. Klassene D/H 17-20 og D/H 21- vil ikke finnes i MNM-arrangementene.

Etteranmelding t.o.m mandag 11. august kl. 23.59 via Eventor, 50% tillegg. Fra 12. august etteranmelding til Jon Arne Glomsrud (ja(at)glomsrud.no) forutsatt ledige startnummer og kart, 100% tillegg.

Direkteklasser og N-Åpen, vi ønsker at dere melder på via Eventor på vanlig måte, men ellers mulig direkte på arena alle dager. Fri start.

Endringer av brikkenummer, klubb, klasser meldes til på epost ja(at)glomsrud.no.

Lagoppstilling stafett og lagkonkurranse skal leveres senest lørdag 16. august kl.18.00 via Eventor.

Endringer på arena aksepteres inntil 1 time før første start.

Leiebrikker

Vi har noen få leiebrikker, vi oppfordrer klubbene om å sørge for brikker til egne løpere.

Startkontingent:

Individuelle løp

Klasse	→ 8.aug.	9.-11.aug.	12.aug. →
DH -16	kr. 100	kr. 150	kr. 200
DH 17-	kr. 200	kr. 300	kr. 400
Direkteklasser	kr. 100		

Det er ikke etteranmeldingsgebyr for løpere under 12 år

Stafett:

Klasse	→ 8.aug.	9.-11.aug.	12.aug. →
DH 13-16	kr. 300	kr. 450	kr. 600
DH17-	kr. 570	kr. 855	kr. 1140
Lagkonkurranse DH 8-12	kr. 100 pr. løper		

Startkontingent for norske klubber faktureres etterskuddsvis

Utenlandske klubber skal forhåndsbetale til norsk konto: IBAN NO 3642025069069, BIC/SWIFT-adresse SPTRNO22

Betaling til: MNM 2014

Stjørdals-Blink Orientering

Gammelverksgata 4 d

7504 STJØRDAL

Konto 4202 50 69069

Parkeringsavgift

Personbiler kr. 50 pr dag. Buss kr. 200 pr. dag.

Barneparkering/småtroll

Det er barneparkering og småtrolla på alle løp. Småtroll kr. 30 pr dag, betales på arena.

Vask

Det er tilbud om dusj ved arena på fredag og lørdag. Søndag er det muligheter for bading i vann og elv like ved arena.

Salg

Salg av varm mat alle tre dager. I tillegg et rikholdig utvalg av vafler, hjemmebakst, frukt, varme og kalde drikker.

Salg av o- og sportsutstyr på arena alle dager.

Premiering

Midt-Norsk Mesterskap

Premie til alle opp til 12 år på alle løp og til alle deltagere på lagkonkurransen.

Klassene 13-16 år: 1/3 premiering av påmeldte

Junior og senior (NC-klasser), premie til MNM-vinner.

Premie til klassevinnerne i øvrige klasser (over 35 år).

Uttrekkspremie i direkteløypene.

Medaljer i Midt-Norsk Mesterskap

I henhold til reglene i for Midt-Norsk Mesterskap deles det ut mesterskapsmedaljer i mesterskapsklassene. Det er en forutsetning at medaljevinnerne representerer klubber fra kretsene i Midt-Norge (Sør- og Nord-Trøndelag, Møre og Romsdal og Nord-Østerdal). I klassene fra 17 år må det være minst 5 startende for å dele ut alle valører. Ved 4 deltagere deles det ut gull og sølv, ved tre eller færre startende deles det ut bare gullmedalje.

Norgescup

Premiering ihht NOF's regler for Norgescup

Klasser, løypelengder mm kan endres helt inn mot arrangementet. Slike endringer vil publiseres på arrangementets hjemmeside <http://www.mnm2014.no/>



Program fredag 15. august - Norgescup og MNM sprint



Frammøte:

Merket fra E14 i Stjørdal sentrum. Herfra er det ca. 500 meter til parkering. Fra parkering til arena er det ca 500 meter. Det er ikke tillatt å komme til arenaen uten å følge arrangørens merking.

Kart og terreng:

Sandskogan, utgitt 2014, 1:4000, 2m ekvidistanse. Kartene er trykt. Kart ihht sprintnorm. Løpsterenget er variert med en blanding av boligområder, idrettsanlegg, skogsområder, park og nærterreng.



Løpssko

Det er forbudt å bruke piggsko

Start:

Første start kl. 17.30. Det er ca. 1800 meter til start.

Klasser og løypelengder

Norgescup

Klasse	Vinnertid	Startintervall	Klasse	Vinnertid	Startintervall
D 17-18 E	13-15 min	1 min	H 17-18 E	13-15 min	1 min
D 19-20 E	13-15 min	1 min	H 19-20 E	13-15 min	1 min
D 21 E	13-15 min	1 min	H 21 E	13-15 min	1 min

Midt-Norsk Mesterskapsklasser

Klasse	Lengde	Nivå	Klasse	Lengde	Nivå
D 13-14	2,3 km	B/C	H 13-14	2,3 km	B/C
D 15-16	2,5 km	B	H 15-16	2,7 km	B
D 17-20*			H 17-20*		
D 21-*			H 21-*		
D 40-	2,4 km	B/C	H 40-	2,7 km	B
D 50-	2,1 km	B/C	H 50-	2,5 km	B
D 60-	2,1 km	B/C	H 60-	2,4 km	B/C
D 70-	1,8 km	B/C	H 70-	2,1 km	B/C
D 80-	1,8 km	B	H 80-	1,8 km	B

* Junior og seniorklassene arrangeres felles for MNM og NC, med påmelding i NC-klassene.

Premiering iht MNM-regelverk basert på resultater fra NC-løp (resultater DH17-18 og DH19-20 slås sammen til DH17-20 i MNM)

Øvrige klasser

Klasse	Lengde	Nivå	Klasse	Lengde	Nivå
D-10	1,7 km	C	H-10	1,7 km	C
D 11-12	1,9 km	C	H 11-12	1,9 km	C
D 11-12N	1,7 km	N	H 11-12N	1,7 km	N
D 13-16N	1,7 km	N	H 13-16N	1,7 km	N

Direkteklasser

Klasse	Lengde	Nivå
N-åpen	1,5 km	N
Direkte	B 2,5 km	B/C

Stemplingssystem

Norgescupklasser: Emit touchfree, emiTag.

Har du egen emiTag legger du dette nummeret inn i emiTag feltet ved påmelding. Alle som ikke melder seg på med egen emiTag får automatisk tildelt leiebrikke (pris kr. 30,-)

Alle klasser utenom NC: Emit-brikke



Program lørdag 16. august - Norgescup og MNM langdistanse



Gjensidige
Stjørdal

Frammøte:

Merket fra sentrum i Meråker i krysset mellom FV2/E14. Fra parkering til arena er det fra 0-10 min gange.

Kart og terreng:

Heståsen

, utgitt 2014, 1:10000, 5 m ekvidistanse. Kart ihht norm.

Løpsterrenget er skråli med tette skogområder og større åpne myrpartier, i hovedsak fin bunn.



Start:

Første start kl. 11.00.

Det er to startersteder, hhv 800 og 1600m å gå.

Klasser og løypelengder:

Norgescup

Klasse	Løypelengde	Klasse	Løypelengde
D 17-18	6,1 km	H 17-18	8,3 km
D 19-20	7,2 km	H 19-20	9,9 km
D 21-	8,4 km	H 21-	13,7 km

Midt-Norsk Mesterskapsklasser

Klasse	Lengde	Nivå	Klasse	Lengde	Nivå
D 13-14	3,6 km	B	H 13-14	3,6 km	B
D 15-16	4,7 km	A	H 15-16	5,8 km	A
D 17-18*			H 17-18*		
D 19-20*			H 19-20*		
D 21-*			H 21-*		
D 35-	5,5 km	A	H 35-	8,4 km	A
D 45-	4,7 km	A	H 45-	7,2 km	A
D 50-	4,7 km	A	H 50-	7,2 km	A
D 55-	4,1 km	A	H 55-	5,8 km	A
D 60-	4,1 km	A	H 60-	5,5 km	A
D 65-	4,1 km	A	H 65-	4,7 km	A
D 70-	3,2 km	A/B	H 70-	4,1 km	A/B
D 75-	3,2 km	A/B	H 75-	3,2 km	A/B
D 80-	3,2 km	A/B	H 80-	3,2 km	A/B
D 85-	3,2 km	A/B	H 85-	3,2 km	A/B

* Junior og seniorklassene arrangeres felles for MNM og NC, med påmelding i NC-klassene.

Øvrige klasser

Klasse	Lengde	Nivå		Klasse	Lengde	Nivå
D -10	2,5 km	C		H -10	2,5 km	C
D 11-12	2,7 km	C		H 11-12	2,7 km	C
D 11-12 N	2,5 km	N		H 11-12 N	2,5 km	N
D 13-16 C	2,5 km	C		H 13-16 C	2,5 km	C
D 13-16 N	2,5 km	N		H 13-16 N	2,5 km	N
D 17- AK	4,7 km	A		H 17- AK	6,1 km	A
D 17- C	3,1 km	C		H 17- C	3,1 km	C

Direkteklasser

Klasse	Lengde	Nivå
Dir. N åpen	2,5 km	N
Dir. A	5,5 km	A
Dir. B	3,6 km	B
Dir. C	2,5 km	C

Stemplingssystem

Norgescupklasser: Det benyttes emiTag for tidtaking og emit-brikke for stempling på postene. Har du egen emiTag legger du dette nummeret inn i emitTAG feltet ved påmelding. Alle som ikke melder seg på med egen emiTag får automatisk tildelt leiebrikke (pris kr. 30,-)

Øvrige klasser: Emit-brikke



Program søndag 17. august NM stafett

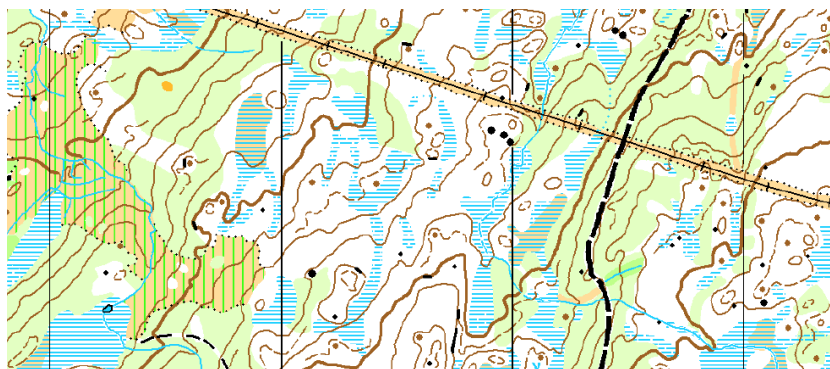


Frammøte:

Arenaen er på "Øyan flyplass" i Meråker. Merket fra E14 ca 5km øst for sentrum i Meråker. Herfra er det ca. 3,5 km til parkering. Parkering 100-500 meter fra arena.

Kart og terreng:

Øyan, utgitt 2014, 1:10000, 5 m ekvidistanse. Kart iht norm. Løpsterenget er variert men i hovedsak en slak skråli med få detaljer med unntak av et detaljrikt steinområde. Partier med tett skog og andre områder med åpent terreng. Relativt få myrområder.



Start:

Første start kl. 10.00.
Lagkonkurranse kl. 11.00
Direkteløyper kl. 11.00

Klasser og løypelengder:

Mesterskapsklasser

Klasser	Etappelengde	Nivå	Klasser	Etappelengde	Nivå
D 13-16	3,2 - 2,0 - 3,2	B-C-B	H 13-16	3,2 - 2,0 - 3,2	B-C-B
D 17-	4,8 - 4,8 - 4,8	A-A-A	H 17-	6,5 - 6,5 - 6,5	A-A-A
D 35-	3,2 - 3,2 - 3,2	A-A-A	H 35-	4,9 - 4,9 - 4,9	A-A-A
D 150*	2,6 - 2,6 - 2,6	A-A-A	H 150*	4,3 - 4,3 - 4,3	A-A-A
D 175*	2,6 - 2,6 - 2,6	A-A-A	H 175*	3,6 - 3,6 - 3,6	A-A-A

* Sum alder på deltagerne på laget. Minstealder 35 år.

Øvrige klasser

Klasse	Etappelengde	Nivå	Merknad
MIX	4,9 - 3,5 - 2,0	A-B-C	Lagene kan settes sammen uavhengig av alder, kjønn og klubbtilhørighet.
Lagkonkurranse D/H-12	2,5	C/N	Se under.

Direkteklasser

Klasse	Lengde	Nivå	Merknad
N åpen	1,5	N	Fri start, ingen tidtaking
Dir. A	5,0	A	
Dir. B	3,5	B	
Dir. C	2,0	C	

Stemplingssystem

Emit-brikke

Lagkonkurranse

Lagkonkurransen er først og fremst beregnet på barn født mellom 2002 og 2006, men det er lov å ha med yngre løpere på laget. Laget skal bestå av mellom 3 og 5 løpere, og det er helt ok å blande løpere fra flere klubber. Alle løpere skal ha startnummer, men laget skal løpe samlet, og kun benytte èn Emit-brikke. Opplegget er post-plukk med fellesstart, der det er om å gjøre å samle flest mulig poeng i løpet av en time. Postene har ulik poengverdi, og på noen poster er det aktiviteter.

Laget skal løpe samlet over mål. Det er premie til alle startende i lagkonkurransen.

Påmelding med lagoppstilling på e-post til [ellenniels\(at\)gmail.com](mailto:ellenniels(at)gmail.com).

