



PM



Velkommen til NM Sprint og Trondheim Open

24. – 25. mai 2014

Wing Orienteringsklubb ønsker alle hjertelig velkommen til kamp om NM-medaljer i sprint-orientering, både individuelt og stafett i sentrumsnært terreng i Trondheim.

Publikumsløpet Trondheim Open arrangeres begge dager.



noname

SPORT & .NO



Offtrack
www.offtrack.no

ATEA



Røros
TWEED

DATAMETRIX



TradeWay



SØR-TRØNDELAG
FYLKESKOMMUNE



TRONDHEIM KOMMUNE

Hilsen fra Ordføreren

NM i sprintorientering 24.-25. mai 2014

Som ordfører i Trondheim kommune har jeg gleden av å ønske alle deltagerne velkommen til Trondheim, og til NM i sprintorientering 2014. Trondheim kommune er beæret over å få være vertskap for årets NM.

Vi omtaler ofte byen vår som **store, lille Trondheim** - og mener med det Trondheim har særegne kvaliteter som en by; med småbyens nærhet og trygghet og med storbyens muligheter og tilbud. Dere kommer til en by som nærmer seg 200.000 innbyggere, medregnet alle studentene.



Som ordfører håper jeg at dere også får tid til å oppleve noen av byens kvaliteter og severdigheter.

Trondheim er mye mer enn et godt orienterings miljø. Vi har mange andre ting å skryte av. For eksempel Nidarosdomen, eller bygningsperler fra det vi kaller *Trondheims gullalder*, som Stiftsgården, Hornemannsgården og flere av de flotte tregårdene, som er blitt byens kjente og kjære kjennetegn.

Jeg vil anbefale en liten spasertur gjennom byen eller langs Nidelva. Ta gjerne turen over Gamle Bybro – den sagnomsuste Lykkens portal – til den fantastiske trehusbebyggelsen på Bakklandet. Det er en sjarmerende bydel med hyggelige kafeer og restauranter, spesielle butikker og gamle trehus.

Jeg vil også gi en spesiell honnør til alle frivillige som stiller opp. Frivillig innsats er av uvurderlig betydning for byen vår og oss som bor her. Jeg tenker mange ganger på frivillighet som limet i samfunnet vårt. Det skaper sosiale fellesskap i bydelene, det fører til at folk kan drive på med det de har lyst til på fritiden, og det fører til at folk tar vare på hverandre. Dere legger ned en fantastisk innsats.

Lykke til og fordel kreftene slik at dere får ei fantastisk helg, alle sammen!

Rita Ottervik

Ordfører

Tidsplan:**Fredag 23. mai**

20.00-21.00 Løpskontor Thon Hotel Gildevangen, Søndre gate 22B.

Lørdag 24. mai**NM Sprint individuelt og Trondheim Open individuelt**

8.00	Løpskontor åpner på arena Solsiden.	
8.30	Barneparkeringen åpner.	
9.00	Karanteneområdet åpner. Merket fra arena Solsiden. Alle startende må være på plass i karanteneområdet før klokken 9.30 Inneareal på karanteneområde har skoforbud. Bruk skoovertrekk. Det er forbudt å ta med mobil, PC og løpskart inn på karanteneområdet.	
10.01	NM Sprint – kvalifisering	D17-18 og H17-18
10.31	NM Sprint – kvalifisering	D19-20 og H19-20
11.01	NM Sprint – kvalifisering	D21 og H21
12.00-13.00	Trondheim Open individuelt	
15.00	NM Sprint – finaler Alle som skal være med i finalen må være på plass i karanteneområdet før klokken 14.00.	
18.30	Medaljeseremoni og premieutdeling på arena Solsiden	
20.00	Siste frist for lagoppstilling i Eventor	

Løpere skal registreres med EmiTag.

Premiereutgaven av NM-sprintstafett på søndag arrangeres med TouchFree stemplingssystem. Det innebærer at løperne under konkurransen ikke løper med Emit-brikke, men bare EmiTag.

Dette må lagledere være bevisst på når de legger inn lagoppstillingene i Eventor i forkant av stafetten.

Ved innlegging av lagoppstilling kommer det automatisk opp løpernes Emit-brikkenummer når en skriver inn løpernavnet.

Lagleder må da gå manuelt inn og korrigere dette til den respektive løpers EmiTag-nummer.

EmiTag-nummeret har 7 siffer, og starter oftest med tallet 3. (Tradisjonelle Emit-brikker har 5 eller 6 siffer.)

De fleste som har gått til innkjøp av egen EmiTag benytter denne også under NM-sprint individuelt på lørdag, dermed kan de respektive lagledere finne EmiTag nummeret til sine løpere i startlistene fra lørdagens konkurranse.

Arrangør tildeler EmiTag til løpere som ikke har egen.

Søndag 25. mai

NM Sprintstafett og Trondheim Open stafett og individuelt

Arena: Lade skole

Parkering REMA 1000 Ladetorget. Merket avkjøring fra Haakon VII's gate og Jarleveien. Merket fra parkering til arena langs vei nord for Lade gård. 5 minutter å gå til arena

Buss nr 4, avstigning Lade gård

- | | |
|-------|--|
| 8.00 | Løpskontor åpner på arena Lade skole |
| 8.00 | Karanteneområdet åpner. Alle startende på stafetten må være på plass i karanteneområdet før klokken 09.30 |
| 9.00 | Barneparkering åpner |
| 10.00 | NM Sprintstafett 1. etappe |
| 11.30 | Trondheim Open sprintstafett 1. etappe |
| 11.35 | Trondheim Open sprint individuelt (klasser opp til 13-16N) |
| 12.30 | Medaljeseremoni og premieutdeling |

Løpsinformasjon lørdag 24. mai.

Parkering og frammøte

Det anbefales å parkere i Bakke Parkeringshus eller Solsiden Parkeringshus. Det blir merket fra disse to parkeringshusene til frammøtested og arena på Solsiden. Gangavstand ca 5 minutter. Det er forbudt område utenfor merkingen til arena på Solsiden. Ellers er det bra busstilbud til arena Solsiden. Følgende busser passerer Solsiden: 4, 6, 7, 9 og 36.

Merket til karanteneområde kun fra arena.

Arena

Solsiden, se arenakart bak.

Det er ikke plass til klubbtekt på arena.

Løpskontoret på arena er åpent mellom kl. 8.00 – ca 19.00. Her fås klubbposere med startnummer, klubbstartlister og PM. **Sikkerhetsnåler og backuplapper ligger ikke i klubbposene, men kan fås på løpskontor på arena og i karanteneområdet.**

Salgstelt med kaffe, kaker, brus og pølser. I tillegg er det mange restauranter i området.

Mobile toaletter finnes på arena.

Karanteneområde

Gangavstand/tid: Det er ca 1 km til karanteneområdet fra arena på Solsiden, følg merking. Det er forbudt område utenfor merket vei til karanteneområdet.

Kvalifisering: Alle deltagere må være på plass i karanteneområdet før **klokken 09.30**.

Finale: Oppmøte i karanteneområdet før **klokken 14.00**.

Vær ute i god tid da noen skal påmonteres GPS-tracking (finale og stafett).

Inneareal i karanteneområdet har skoforbud. Bruk skoovertrekk. Det er forbudt å ta med mobil, PC og løpskart inn i karanteneområdet.

Det vil være et enkelt sekretariat med ekstra sikkerhetsnåler og backuplapper i karanteneområdet. Nybegynnerkart for Trondheim Open fås i karanteneområdet.

Utdeling av emiTag og sjekk av emiTag og Emit-brikke Utdeling av emiTag til de som ikke har egen, skjer i karanteneområdet. Alle løpere skal gjennom brikkekontroll for å få sjekket emiTag og Emit-brikke i sluse senest 15 min før egen start. **Alle løpere må bruke stemplingsbrikke (Emit-brikke) og emiTag på samme hånd.**

Oppvarmingskartet som deles ut i karanteneområdet, viser hvilket område det er lov å varme opp i. **Alle arealer utenfor oppvarmingskartet er forbudt område.**

Det vil være mulighet for kjøp av brødmat og drikke i karanteneområdet.

Starttidspunkt

10.01	NM Sprint – kvalifisering	D17-18 og H17-18
10.31	NM Sprint – kvalifisering	D19-20 og H19-20
11.01	NM Sprint – kvalifisering	D21 og H21
12.00-13.00	Trondheim Open individuelt	

Startnummer

Alle løpere skal bære startnummer som skal festes med fire sikkerhetsnåler og være godt synlig på brystet. Det er ikke lov å brette eller dekke deler av startnummeret. Startnummer for kvalifisering og Trondheim Open deles ut i lagsposer på arena. Startnummer for finalen deles ut i karanteneområdet.

Startanordning

Opprop i startområdet 4 min før starttid. Sjekk av emiTag og sjekk og nulling av brikke. Kartet fås i startøyeblikket.

Postbeskrivelser

Det er internasjonale postbeskrivelser trykt på kartet. Løper er selv ansvarlig for å ta riktig postbeskrivelse på starten.

For sent til start, se NOFs konkurranseregler pkt. 22.6.6

Hvis en deltager på grunn av feil fra arrangørens side kommer for sent til start, skal vedkommende få ny starttid. En deltager som av egen skyld kommer for sent til start, skal få starte så snart som mulig uten å få ny starttid. Starttidspunktet bestemmes av arrangøren, som skal ta hensyn til mulig påvirkning på andre deltagere.

Kvitteringssystem/ tidtakingssystem

Alle løperne benytter egne Emit-brikker **uten** display til postkontroll. Husk å nullstille brikken. I NM-klassene benyttes emiTag som tidtakersystem. De som ikke har egen emiTag får denne i karanteneområdet. Sjekk at emiTagen du får tildelt stemmer med det som står i startlisten. På finalen vil de som ikke har egen emiTag få utdelt ny. **Alle løpere må bruke stemplingsbrikke (Emit-brikke) og emiTag på samme hånd.**

Trondheim Open lørdag benytter kun Emit-brikker til tidtaking.

GPS-tracking

GPS benyttes ikke i kvalifisering. I finalen skal utvalgte løpere bære GPS. Oppslag om dette slås opp i karanteneområdet og utdeling av GPS foregår i karanteneområdet.

Løpsantrekk og sko

Løpsantrekk i henhold til NOFs regler for sprintløp. Det er ikke anledning til å benytte sko med noen former for metallpigger.

Overtrekkstøy

Løper som ønsker å få brakt tøy tilbake til arena, legger dette i pose som deltager selv er ansvarlig for å merke med navn og startnummer. Dette må gjøres i karanteneområdet før løperen går til start. Posene transporteres i 2-3 runder ned til arena og fås tilbake ved løpskontoret.

Klasser og løypelengder kvalifisering NM

Klasse	Lengde	Stigning	Antall poster
D17-18 Heat 1	2060 m	35 m	14
D17-18 Heat 2	2060 m	30 m	13
D17-18 Heat 3	2050 m	35 m	14
D19-20 Heat 1	2060 m	35 m	14
D19-20 Heat 2	2060 m	30 m	13
D21 Heat 1	2300 m	35 m	14
D21 Heat 2	2200 m	35 m	14
D21 Heat 3	2290 m	35 m	14
H17-18 Heat 1	2460 m	40 m	15
H17-18 Heat 2	2380 m	45 m	15
H17-18 Heat 3	2300 m	45 m	15
H19-20 Heat 1	2460 m	40 m	15
H19-20 Heat 2	2380 m	45 m	15
H21 Heat 1	2740 m	45 m	16
H21 Heat 2	2660 m	45 m	16
H21 Heat 3	2620 m	40 m	16

Klasser og løyper til Trondheim Open lørdag

Løype/lengde	Klasser	Antall poster
1,6 km	N-åpen, D11-12N, H11-12N	9 (skygging tillatt) kart fås i karanteneområde
1,8 km	D -10, H -10, D13-16N, H13-16N	11 kart fås i karanteneområde
2,1 km	D11-12*), D13-14, D15-16, D17-20	13 *) får kart i karanteneområde
2,2 km	D21, D40, D50, D60, D70, D80	14
2,4 km	H11-12*), H13-14, H15-16, H17-20	15 *) får kart i karanteneområde
2,6 km	H50, H60, H70, H80	16
2,7 km	H21, H40	16
Direkteløype	Så lenge det er kart tilgjengelig	

Avstand til start

Det er maksimalt 200 meter til start fra karanteneområdet. Kryssing av vei til start foregår i fotgjengerovergang.

Kart

Utsnitt av kartet Møllenberg, utgitt 2014, offsettrykk i 7 farger for NM-klasser.

Målestokk 1:4000, ekvidistanse 2,5 m.

Format kvalifisering: A4.

Terrengbeskrivelse

Kvalifisering: 40 % park- og skogsterreng. 60 % bybebyggelse med småhus og større hus, asfalt- og betongunderlag og en del trapper. Middels kupering. Det kan være mye folk/publikum i deler av løypa.

Kryssing av store veier

Store veier på kartet skal krysses via underganger. De store veiene er markert som forbudte områder på kartet med underganger markert med vanlige karttegn. Det vil være vakter utplassert som noterer startnummer på de som krysser forbudt område.

Enkelte veier er delvis skravert på kartet med forbudt område. Det betyr at det er lov å løpe på fortauet, men ikke lov til å krysse veien eller løpe i veibanen.

Væske

Væske (vann/saft) er tilgjengelig i karantene- og målområdet.

Resultater

Storskjerm og speakertjeneste på arena. Resultatlistene blir hengt opp fortløpende på arena. Link til live-senter finner du på NM-siden.

Fair Play

Det er ikke tillatt for løpere som har avsluttet sitt løp, ledere eller tilskuere å kommunisere med løpere som ikke har startet eller er underveis i løpet. **Det er forbudt å ta med mobil, PC og løpskart inn på karanteneområdet.**

Klager

Klageskjema kan fås på løpskontoret/sekretariat. Alle klager skal være levert skriftlig til løpskontor/sekretariat innen 15 minutter etter siste målgang i respektive klasse. Klager levert etter dette tidspunktet vil bli avvist.

Kvalifisering til NM-finale

De 10 beste fra hvert kvalifiseringsheat i de respektive klassene er kvalifisert til å delta i finalen. Det forutsettes at en da er kvalifisert til å delta i NM.

Sanitet

Lege og sykepleier vil være tilstede på arena. Ved behov før start, ta kontakt med funksjonærer i karanteneområde.

Toaletter

Det er toaletter tilgjengelig i karanteneområdet. Mobile toaletter finnes på arena.

Dusj og garderober

Rosenborghallen. Merket fra arena.

Kiosksalg

På arena er det en kiosk som selger pølser, kaker og drikke. I karanteneområdet vil det også være mulighet for å kjøpe brødmat og drikke.

Premieutdeling

Medalje- og premieutdeling vil foregå på arena. Det er 2/3 premiering av antall startende i finaler lørdag. Alle premierte løpere tildeles NOFs diplom. Uavhentede premier vil ikke bli ettersendt.

Trondheim Open, individuelt	D/H tom 12 og D/H 13-16N: Alle som fullfører
lørdag	D/H 13-16: 1/3 av startende
	D/H 17-20: 1/8 av startende
	D/H 21: 1/8 av startende
	Øvrige klasser: Klassevinnere

Jury

Per Einar Pedersli	OL Trollelg
Olav Martin Indgaard	Frol IL
Leif Størmer	Fossum IF

Løpsledelse

Leder hovedkomité	Tor Gjermstad	920 39 575
Ansvarlig løypelegger	Lars Skrøvseth	930 87 809
Arenaleder Solsiden	Jon Vindal	901 59 969
Arenaleder Lade	Knut Skjesol	971 77 361
Leder løpskontor	Siri Drogset	932 29 178
TD	Jan Arild Johnsen	901 65 680

