



NM-uka 2015 i Levanger

Frol idrettslag inviterer til NM i orientering

10.-13. september 2015



Levanger
kommune





10. september NM langdistanse for junior og senior

11. september mellomdistanse kvalifisering senior

12. september NM mellomdistanse junior og senior

13. september NM stafett D17- og H17-

Løpsprogrammet:

10. sept.	NM langdistanse	D/H 17-18, D/H 19-20 D/H 21	Første start kl 10:30 *)
			Premieutdeling ca kl 14:30
11. sept.	Mellomdistanse kvalifisering	D/H 21	Første start kl 15:00
12. sept.	NM mellomdistanse	D/H 17-18, D/H 19-20 D/H 21	Første start kl 10:00
			Blomsterseremoni på arena ca kl 14:30 Premieutdeling på banketten lørdag kveld
13. sept.	NM stafett	D/H 17-	Start damer kl 09:30 Start herrer kl 11:00
			Premieutdeling ca kl 14:00





*) Ved stor deltakelse vil starten fremskyndes

Løypelengder i hht NO's reglement, se hjemmesiden <http://www.o-nm2015.no/>

Terreng

Terrenget for finalene er typisk trøndersk terreng som ligger fra 300 m.o.h. opp til tregrensa og består hovedsakelig av gran- og furuskog med god til meget god løpbarhet og større og mindre myrer. I lavere deler er det partier med tettere granskog og i øvre deler av terrenget er det mer fjellpreg på vegetasjonen. Området er grovkupert med enkelte bratte bekkedaler.

Terrenget for mellomdistanse kvalifisering ligger lavere (150-250 m.o.h.) og kan karakteriseres som "bygdeterreng" som varierer fra åpen gran- og furuskog til partier med mer skogsdrift og tettere vegetasjon. Det er generelt mindre, men tyngre, myr enn i finaleterrenget. Løpbarheten er likevel meget god i størsteparten av terrenget.

Sperret terreng

Kart over sperret terreng ligger på hjemmesiden <http://www.o-nm2015.no/>

Kart

Alle finaler går på kartet «Vulusjøen» Synfart og rentegnet av Anton Bjartnes sommer/høst 2014 og vår/sommer 2015.

Mellomdistanse kvalifisering går på kartet «Storåsen» synfart og rentegnet av Offtrack høsten 2014.

Arena

Alle finalene har Frolfjellet skisenter i Storlidalen som arena. Arenaen ligger ca. 1,5 km nord for Vulusjøen.

Arena for kvalifiseringa til mellomdistansen er Brumyrhaugen. Arenaen ligger ca. 1 km øst for Langåsdammen.





Adkomst til arena

Det merkes fra E6 ved «Okkenhaugkrysset» inn på FV128, Okkenhaugsveien ca. 2,5 km øst for Levanger sentrum alle dager.

Til Frolfjellet skisenter er det ca. 15 km fra avkjøring fra E6

Til Brumyrhaugen er det ca. 4,5 km fra avkjøring fra E6.

Parkering

Parkering i umiddelbar nærhet til arena alle dager. Inntil 500 m å gå.

Løpskontor.

Løpskontor på Magneten kjøpesenter, åpent onsdag 9. september kl. 16:00-20:00. Skiltet fra E6 sør for Levanger sentrum.

På løpsdagene bli det løpskontor på arena.

Påmelding

Det er fri påmelding i alle klassene. Påmelding i Eventor. Ordinær påmeldingsfrist er onsdag 2. september kl 23:59. Etteranmelding senest kl 17:00, 2 dager før aktuelt løp.

Startkontingent

NM langdistanse, alle klasser	kr 550,-
NM mellomdistanse, alle klasser	kr 550,-
NM stafett, pr lag	kr 1500,-
Tillegg for etteranmelding individuelle løp	kr 200,-



Levanger kommune





Tillegg for etteranmelding stafett kr 400,-

Endring av brikkenr. *) Kr 50,-

*) etter siste påmeldingsfrist/frist for lagoppstilling på stafetten

Reisefordeling i hht NO's regler kr 100,-

Startkontingenten refunderes ikke ved forfall etter at ordinær påmeldingsfrist har gått ut.

Fakturering

Lagene faktureres i etterkant.

Stempling- og tidtakersystem

Emit EKT brikke benyttes som stemplingskontroll. Tidtaking ved hjelp av emiTag.

Løperne melder seg på med Emit brikkenummer og emiTag- nummer.

De som ikke melder seg på med eget emiTag nr. tildeles leiebrikke. De faktureres med kr 50,- i leie pr. løp.

GPS

På alle løpene med unntak av kvalifiseringa til mellomdistansen vil enkelte løpere bli utpekt til å løpe med GPS.

Premieutdeling

For langdistansen og stafetten vil medalje- og premieutdelingen foregå på arena umiddelbart etter løpene.

For mellomdistansen blir det blomsterseremoni på arena, mens medalje- og premieutdelingen foretas på fellesmiddagen lørdag kveld.





Kongepokal

Kongepokal tildeles vinnerne av D21 og H21 på NM langdistanse.

Fellesmiddag

Lørdag 12. september kl 18:00 inviterer Frol IL orientering og NM-uka til fellesmiddag i Levangers nye storstue Trønderhallen. Deltakerne vil få servert en buffé bestående av lokale råvarer fra Innherred og omegn. Etter middagen vil det bli litt lett underholdning og medalje- og premieutdeling for mellomdistansen. Pris kr 250,- inkl. én enhet drikke fra Mikkeltaug gård. Påmelding i Eventor innen mandag 7. september 23:59. For de som kun ønsker å delta på premieutdelinga er det gratis inngang. Dørene åpnes etter middagen.

Publikumsløp

Lørdag gis publikum anledning til å løpe NM mellomdistanseløypene til D/H 17-18 og D/H 19-20.

Fri start mellom kl 15:00 og 16:00.

Påmelding på løpskontoret. Startkontingent Kr 100,-

Seniorer som ikke går videre til finalen får også løpe ei av juniorløypene. Ingen ekstra startkontingent for seniorer som er påmeldt til mellomdistansen.

Tidtaking med Emit stemplingsbrikke i Brikkesys.

Restaurant

Salg av grillmat og vanlige kioskvarer alle dager med unntak av på kvalifiseringa til mellomdistansen hvor det blir et begrenset utvalg kioskvarer.

Salg på arena





Rune`s O-utstyr vil ha salgstelt på arena. www.outstyr.no

Treningsmuligheter

Tilbud om treningskart på ferdig opplegg i relevant terreng.

Disse kan bestilles via hjemmesiden <http://www.o-nm2015.no/>

Media

Eget presserom i Frolfjellet skisenter.

Egen parkering inntil arenaene.

Overnatting

En oversikt over tilbudene ligger ute på hjemmesiden <http://www.o-nm2015.no/>

Løypeleggere og TD

Hoved TD: Jan Arild Johnsen, NO

Distanse	Løypelegger	TD
Lang	Lars Skjeset	Anton Bjartnes
Mellom kval.	Gunnar Vatn/ Lars Skjeset	Arne Okkenhaug
Mellom finale	Gunnar Vatn/ Lars Skjeset	Terje Rønning
Stafett	Per Anders Røstad/ Lars Skjeset	Tor Ove Hallem

Arrangørens nøkkelpersoner

Oversikt over nøkkelpersoner ligger på hjemmesiden <http://www.o-nm2015.no/>





Levanger
kommune

