

SPORT & .NO

INOV

NORSK
ORIENTERING

noname

Comfort Quality Clarion
NORDIC CHOICE HOTELS



PM

Varegg Fleridrett og Samnanger IL
ønsker velkommen til

NM Sprint Publikumsløp

lørdag 7. mai 2016

Arena: Muséplass

Hjemmeside: www.nmsprint2016.no



BERGEN
KOMMUNE



Nordea
Liv

Handelsbanken



LAB

Program

Lørdag 7. mai:

08.00 Løpskontoret for NM-løpere åpner i karanteneområdet i Studentsenteret, 150 m merket vei fra arena. Det er påbudt å følge merket løype fra arena til karanteneområdet. Løpere som ikke følger merket løype vil bli disket. **Alle NM-løpere må være på plass i karanteneområdet før kl. 08.45.**

09.40 Start NM sprint kvalifisering

09.40 D17-18 og H17-18

10.10 19-20 og H19-20

10.30 D21 og H21

Det er **ikke** lov for løpere som har fullført sitt løp å gå tilbake til karanteneområdet før siste løper har startet, ca. kl. 11.00. Løpere som kommer inn igjen i karanteneområdet før dette blir vist bort. Dersom dette ikke følges blir løperen disket (gjelder også finalen).

11.30 START PUBLIKUMSLØP

13.00 PREMIEUTDELING PUBLIKUMSLØP

13.00 Finalekarantenen åpner i Studentsenteret. **Alle NM-løpere må være på plass i karanteneområdet før kl. 13.30.** Det er påbudt å følge merket løype fra arena til karanteneområdet. Løpere som ikke følger merket løype vil bli disket.

14.30 Start NM sprint finaler

14.30 D17-18

15.05 D19-20

15.30 H17-18

16.05 H19-20

16.30 D21

16.55 H21

18.30 Bankett i Studentsenteret.

20.00 Medaljeseremoni og premieutdeling i Studentsenteret.

All ferdsel i sperret terreng på lørdag skal skje i Christies gate, på Muséplass og på merket vei til karantene i Studentsenteret.

20.00 Siste frist for å levere lagoppstillinger til NM sprintstafett i Eventor.



BERGEN
KOMMUNE

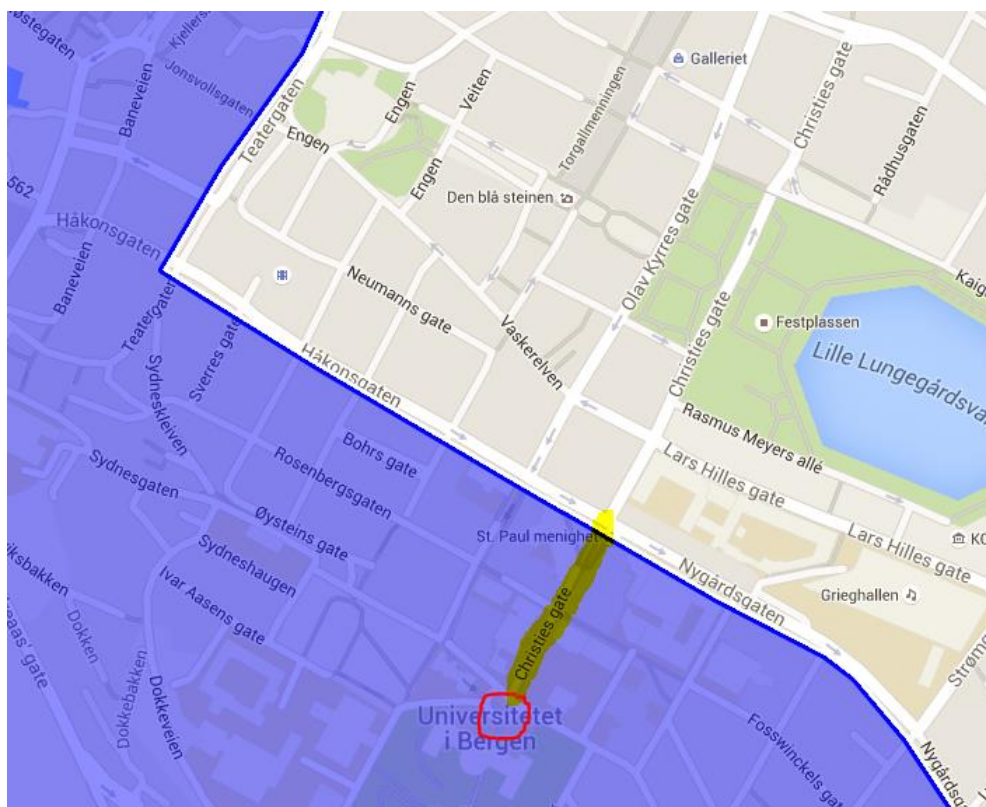


Parkering og frammøte

Offentlig parkering Bergen sentrum, f.eks. under Grieghallen. Det er tillatt å parkere i Klostergarasjen, også på arrangementsdagene. Med bil finner du Klostergarasjen ved Vestre Murallmenningen 14. Det er flere oppganger fra garasjen. Av disse kan alle unntatt «Klosteret» i Østre Murallmenningen brukes, siden den ender opp midt i sperret terreng.

Til/fra Klostergarasjen er det lov å ferdes via Komediebakken, Baneveien, Jonsvollsgaten, Vestre Murallmenningen og Nøstetorget.

Frammøte på arena. Ankomst til arena **må** skje fra krysset Nygårdsgaten/Christies gate, merket med gul farge, arena er merket med rød farge. Det er forbudt å passere Håkonsgaten/Nygårdsgaten andre steder. Sperret terreng er merket med blå farge. Viser også til oversiktskart over sperret terreng, som finnes på Eventor og hjemmesiden til arrangementet.



Arena

Arena er på Muséplassen. Det er ikke plass til klubbtekt på arena. Arenakart finnes bakerst i PM.

Start

Merket løype fra arena, via Studentsenteret, til start ved inngangen av Nygårdsparken, ca. 5 min gange.



BERGEN
KOMMUNE



Løpskontor

Lørdag ca. 10.00 – ca. 13.00 løpskontor på arena.

Kvitteringssystem/ tidtakingssystem

Benytter vanlig Emit brikke som stemplingsenhet.

NB – Emit Touchfree PRO postenheter med stempling for Emit brikke. Det er et eget felt for stempling med Emit brikke, avmerket på postenheteren. Stempling skjer ved at brikken legges på dette avmerkede området på flaten.



Startanordning

Minuttstart. Opprop 4 min før starttid.

Postbeskrivelser

Det er internasjonale postbeskrivelser trykket på kartet. Løse postbeskrivelser fås i startområdet.

Løpsantrekk og løpssko

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

Overtrekkstøy

Løper som ønsker å få brakt tøy fra start til arena, legger dette på anvist sted i startområdet. Tøy fra start transporteres til arena.

Klasser og løpelengder

Løpelengder er iht. IOFs regler målt til korteste mulige veivalg. Det er 70 m til startpost.

Løyper	Lengde (km)	Stigning (m)
D 13-16	2,8	75
D 17	3,1	75
D 50	2,8	85
H 13-16	3,1	80
H 17	3,5	95
H 50	3,1	80
Åpen	2,8	95



BERGEN
KOMMUNE



Kart

Nygårdshøyden/Nygårdsparken, utgitt 2016, offset trykk.

Målestokk 1:4000.

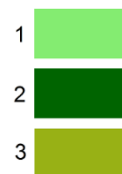
Ekvidistanse 2 m.

Ekstra info om kart og terreng

Steder i terrenget hvor det er uklart hvor upasserbare stup og murer slutter eller overgår i passerbare detaljer vil være markert med merkebånd. Merk av det kun er ca 10 m nærmest overgangen mellom f.eks. svart og grå mur som er sperret.



For å unngå uklarheter er det kun brukt 3 ulike grønne flatesymbol på kartene. Det første er lov å passere, mens nr 2 og 3 ikke får passeres.



Forbudte veier og graveområder er markert med rosa farge. Det fremgår hvor det er mulig å løpe på fortauet. Eventuelle kryssningspunkt er markert på kartet og bemannet med vakter. Kryssningspunktene vil være ekstra markert med kjepler og merkebånd for å sikre at løpere ikke kutter på feil sted.



Spesielle symboler på kartet: × Monument / stort lekeapparat
 × Stubbe / rot

Terrengbeskrivelse

Variert løpsterreng med både større bygninger og parkområder. Delvis store høydeforskjeller og noen bratte gressbakker. Nye graveområder påvirker dessverre løypene noe, men disse er tydelig markert på kartet med rosa farge. Det fremgår tydelig av kartet hvor det er mulig å passere på fortau og hvor hele veibredden er stengt. Underlaget består av 40 % parkområder med gruslagte og asfalterte stier, gress og litt skog. 60 % består av asfalterte veier.

Løperdrikke

Det er tilgjengelig vann og saft i målområdet.

Resultater

Offisielle resultatlister blir slått opp fortløpende på arena.



BERGEN
KOMMUNE



Fair Play

Det er ikke tillatt for løpere som har avsluttet sitt løp, ledere eller publikum å kommunisere med løpere som ikke har startet eller er underveis i løpet.

Sanitet

Det er førstehjelpspersonale til stede på arena. Ved behov for hjelp før start, ta kontakt med funksjonær i karanteneområdet.

Toaletter

Det er toaletter tilgjengelig på arena.

Dusj og garderober

Det er dusj og garderober tilgjengelig i studentsenteret i tidsrommet 11.00 – 12.00 og 17.30 – 19.00.

Kiosksalg

Det er kiosk på arena, med salg av grillmat (grillpølser, grillet ørret i tacolefse) og spesialiteten "Cold Cat", kaker, boller, kaffe, brus og vann.

Premieutdeling

Premieutdeling på arena ca. kl. 13.00



BERGEN
KOMMUNE



Handelsbanken



Arenakart

