



PM

NightHawk World Ranking Event WRE

Søndag 14. august – Mellomdistanse

BULLETIN 2



**NORSK
ORIENTERING**

SPORT & .NO



Lillomarka OL og IL Tyrving ønsker velkommen til NightHawk Weekend
12.–14. august – en helg helt utenom det vanlige!

Lillomarka O-lag ønsker velkommen til World Ranking Event mellomdistanse søndag 14. august 2016.

Regler:

Løpet arrangeres etter IOFs konkurranseregler.

Organisasjon:

Løpsleder: Arne Dybdahl
E.post: arne@dybdahl.info
Mob: +47 916 55 009
Løypelegger: Gaute Hallan Steiwer
IOF Event adviser: Petter Fure
Jury: Ivar Maalen, Morten Daasnes,
Berit Sofie Wiklund

Hjemmeside for arrangementet

<http://eventor.orientering.no/Events/Show/7117>

Arena og adkomst:

Linderudkollen skisenter (GPS 59.970723, 10.814877).
Ta av fra Ring 3 v/Storo, merket opp Grefsenveien derfra.
Parkering 100 – 800 m fra arena. Begrenset plass. Samkjøring! P-avgift kr 20,- pr dag, kr 50,- for 3 dager.

Buss 56 til Solemskogen: Avgang fra Storo T-bane hver hele time.

ruter.no/reisepplanlegger/rutetabeller-og-linjekart/buss-i-oslo/

Shuttlebuss fra Thon hotel Linne arena. Gjelder bare for de som bor på hotellet. Kr. 50,- per tur. Påmelding i Eventor innen fredag 12. august kl.23:59

Program:

Søndag 14. august

11.00: NightHawk WRE mellomdistanse
12.00: Gromløpet, Poeng-O for alle klasser (se egen info)
14.00: Premieutdeling til 1/8 av påmeldte deltakere, maks. 6 beste i hver klasse. Premie til de beste juniorer.

Klasser og deltakelse

D21E og H21E med World Ranking status.
Påmeldte i D17-18E, D19-20E, H17-18E og H19-20E inkluderes i seniorklassene.

Startlister

Vil bli tilgjengelige i Eventor fredag 12. august.

Løyper

H21E – 4,47 km, 200 m stigning, 17 poster
H21E2 – 4,31 km, 180 m stigning, 15 poster
D21E – 3,63 km, 180 m stigning, 15 poster
Maksimaltid er 2 timer. Det er ikke væskeposter.

Kart

Linderudkollen, 1:10 000, 5 m, utgitt 2016 i A3-format.
Kartet er offset-trykket i 5 farger. Synfart og rentegnet av Helge Gisholt og Hallvard Fjær i 2015/2016 basert på laserkurver fra Oslo kommune.

Tidligere kart over området finnes på Eventor.
Løpskartet samles inn inntil siste løper har startet.

Terreng

Middels kupert skogsterreng. En del stier og veier i løpsområdet. Vekslende løpbarhet og sikt, fra meget fine gran- og furuskogsområder til mere bevokste partier etter skogsdrift. Varierende detaljrikdom og generelt lite myrer i terrenget. Vekslende bunn med både mose og lyng. Estimerte kilometertider (herrer 6.30, damer 7.30).

Spesiell kart-/terrenginformasjon

Det er mange stier og tråkk i terrenget. Mindre synlige tråkk som ikke er på kartet finnes i terrenget. Generelt er steiner under 1 meters høyde ikke tatt med på kartet.

I deler av terrenget nærmest arena er det foretatt tynningshogst med skogsmaskin. Traséer etter skogsmaskinen er diffuse men de mest synlige er tegnet inn på kartet. I deler av tynningshogstområdene er det ikke nevneverdig nedsatt løpbarhet og det er derfor ikke grønnskavert på kartet. Men i selve traktorslepene er det ofte nedsatt løpbarhet pga kvisting fra skogsmaskin (se bilde av typisk traktorslep).



Spesielle karttegn:

o = Bålplass, lavvo og trekonstruksjon

x = Metallkonstruksjon

Karttegnet steinklynge (▲) er benyttet i områder med mye stein, og symboliserer flere store steiner som ligger sammen, men der det ikke er plass til å tegne inn alle steinene (se bilde av typisk steinklynge)



Stemplingsystem

Det benyttes emiTag og Emit touchfree stempling. Løperne kan benytte personlige emiTags eller få tildelt emiTags fra arrangøren. Lånebrikke fås i infotelt på arena. Stemplingsprosedyrer med emiTag og touch-free poster er forklart på egen side i PM. Lånt emiTag leveres etter målgang.

Postene er plassert på postbukker (se bildeeksempel)

Ikke rør postenheten når du stempler. EmiTag-brikken registrerer stempling 10-50 cm fra enheten. Sørg for at du ser blinkende lys i din emiTag, og stemplingen er aktivert.

NB! Postene henger stedvis tett - sjekk koder!

Startnummer

Alle løpere skal bære startnummer. Startnummer fås på start.

Merking til start / startprosedyrer

Det er 2 km til start, merket med røde/hvite bånd nordover fra arenaen. Det er toaletter og vann på start.

Prestart innslipp er 6 minutter før start. Derfra 150 meter med kraftig stigning til start. Løse postbeskrivelser fås 2 min før start. Kartet tas i startøyeblikket. Merket 50 meter til startpunktet.

Løse postbeskrivelser i størrelse 6 x 14 cm (b x h)

Løping med GPS-klokker med display er ikke tillatt.

Resultater / klager

Resultater henges opp på arena. Klagefrist 15 min. etter at siste offisielle liste henges opp. Klager gjøres i Infoteltet.

Premiering

Premie til 1/8, maksimalt seks beste i alle klasser. Premier også til de beste juniorer.

Påmelding

All påmelding skal skje i Eventor. Etteranmelding inntil onsdag 10. august kl.23:59 mot tillegg i startkontingent. Etteranmelding etter dette kun hvis ledige startnummer og kart.

Startkontingent

	Normal påm.frist	Etteranmelding
D/H21E	240,-	360,-
Junior eliteklasser	140,-	210,-
Deltakere i klubber fra nasjoner utenfor Europa betaler halv startkontingent.		

Alle priser i norske kroner. Norske klubber betaler via faktura i etterkant.

Utenlandske klubber betaler samtidig med påmelding til Lillomarka OL:

BIC: DNBANOKKXXX

IBAN: 3816075570930

Utenlandske løpere som ikke har betalt, må senest betale ved ankomst arena. No pay – no start!

Du kan betale med kort, kontanter (NOK, SEK, Euro) eller Vipps (last ned appen før ankomst)

Trening

Det legges ut et treningsopplegg i relevant terreng fra 15. juni. Treningskart på www.nighthawk.no.

Onsdag 10.8. arrangeres treningsløp nær løpsområdet.

See <http://geoform.no/rankinglop/>

Overnatting:

Gratis camping med telt på markerte områder på arena. Overnatting på arena skjer på eget initiativ. Bobiler ca 800 m fra arena. Campingvogner henvises til campingplasser i Oslo.

Thon Hotel Linne, spesialtilbud for Night Hawk,

fra kr 348 pr natt i dobbeltrom, 299 i trippelrom
Booking: linne@thonhotels.no oppgi bookingkode: «NightHawk». Se også www.nighthawk.no/accommodation

Shuttlebuss fra hotellet til arena for de som booker overnatting på Thon Hotel Linne. Kr.50,- per tur. Forhåndspåmelding i Eventor.

Salg

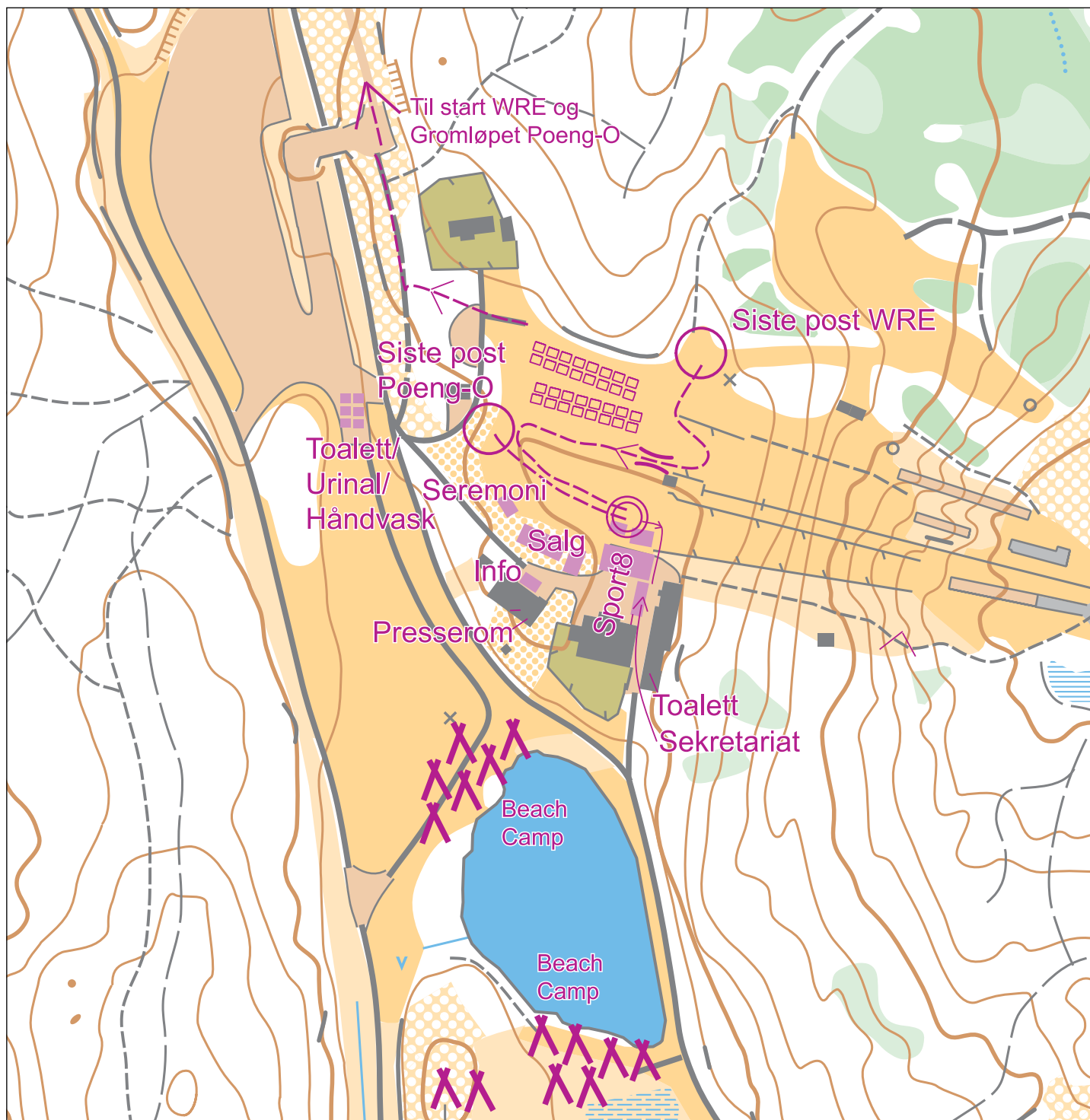
Kiosk og restaurant med salg av vanlige kioskvarer, hjemmebakst, kaffe, frukt og mineralvann.

Du kan betale med kort, kontanter (NOK, SEK, Euro) eller Vipps (last ned appen før ankomst)
Sport8 med rikelig utvalg sportsutstyr.

Førstehjelp

På arena.





Søndag 14.8. Gromløpet med NYHET i Norge

Lillomarka O-lags tradisjonelle Gromløp arrangeres dagen etter NightHawk fra samme arena på Linderudkollen –parallelt med WRE-løpet.

For alle klasser blir det individuelt løp med **Norgespremiere på Poeng-O** – et nytt og spennende orienterings-konsept. Der er målet å ta så mange poster/poeng man klarer innenfor 30 minutter. Vanlig klasseinndeling. Alle løper med det samme kartet/postene. Kartet utleveres på arenaen én time før starten åpner - du kan planlegge din rute og legge taktikken i forhold til 30 minutters løping. Overskridelse av tiden medfører minuspoeng. Fri start, men løperne slippes ut av startansvarlig med startintervaller. Se Eventor for komplett innbydelse.

Information Touch-Free

emiTag

The emiTag should be strapped around the wrist as shown on the picture. High speed punching is performed by holding the emiTag 20-50 cm from the control for a short moment. The LED light in the emiTag will start flashing, and keeps flashing for 10 seconds after the punch.

NOTE! It is important to see this flashing, since this is the only feedback telling you that the punch is performed correctly!!!!!!



TOUCH-FREE PRO

The controls are of the type Touch-Free PRO.

Punching range is 75cm.

The range is reduced by punching in high speed.

Touch-Free PRO unit is placed inside the o-flag.

Code number is placed on top.

It is not necessary to touch the control unit. Touch Free means Touch Free!



START

- Touch-Free Start PRO.

- Starting unit to "zero" the emiTags at start. This is also a check that the emiTag are working.

Finish

- At finish there are loops on the ground so you can pass the finish line at full speed. The readout is after the finish line.

Example of punching and check of correct punch at high speed





12. – 13. august
Linderudkollen skisenter, Oslo

NightHawk 2016

- Selvsagt i god NightHawk ånd
- Herrer, damer, ungdom og veteraner
- Fellesstart natt for alle klasser
- Klatreetappe damer og herrer
- Alle kan klare NightHawk 2016
- Opplev den magiske atmosfæren

www.nighthawk.no

www.facebook.com/TheNightHawkRelay

Instagram/Twitter: @nighthawkrelay / #nighthawkrelay

Spesialtilbud på overnatting hele NightHawk-helgen

Spesialtilbud på Thon Hotel Linne kr 348,- i dobbeltrom, kr 299,- i trippelrom per person/døgn, inklusive frokost.

Klubbmiddag lørdag der det serveres buffet fra kl 19 –21. Voksne kr.249,- /Barn kr.100,-.

Booking: linne@thonhotels.no – bruk bookingkode "NightHawk".

Direkte **shuttlebuss** fra Thon Hotel Linne på fredag kveld, lørdag og søndag til arenaen, kr.40,- per tur.

Vær tidlig ute med bestilling – dette er et kjempetilbud. Informasjon: www.nighthawk.no/accommodation

- Camping på arena (gratis)
- Bobiler 1000 m fra arena (campingvogner henvises til Ekeberg og Bogstad camping)
- Skole eller annet hardt underlag



Velkommen til en fantastisk weekend i Lillomarka!