



PM
Natt-NM
Fredag 31. mars 2017



GENERALSponsOR



**SPAREBANKEN
SØR**

HOVEDSPONSOR



TRIMTEX
— Custom sportswear —



Velkommen til sesongstart i Kristiansand
www.nmnatt2017.no

LEVERANDØRSPONSOR



SØRLANDET
OSTEOPATI & FYSIOTERAPI

LÖPLABBET



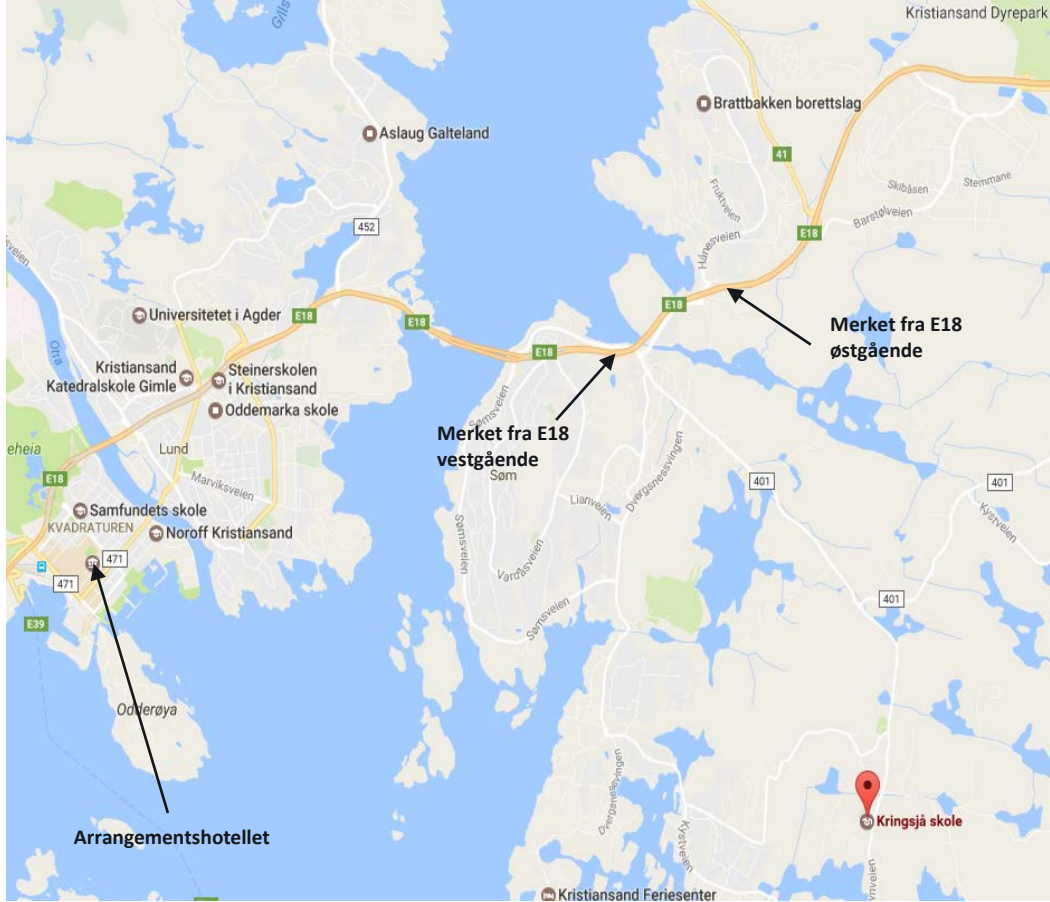
Arrangementshotell



CLARION HOTEL ERNST

Forbundssponsorer

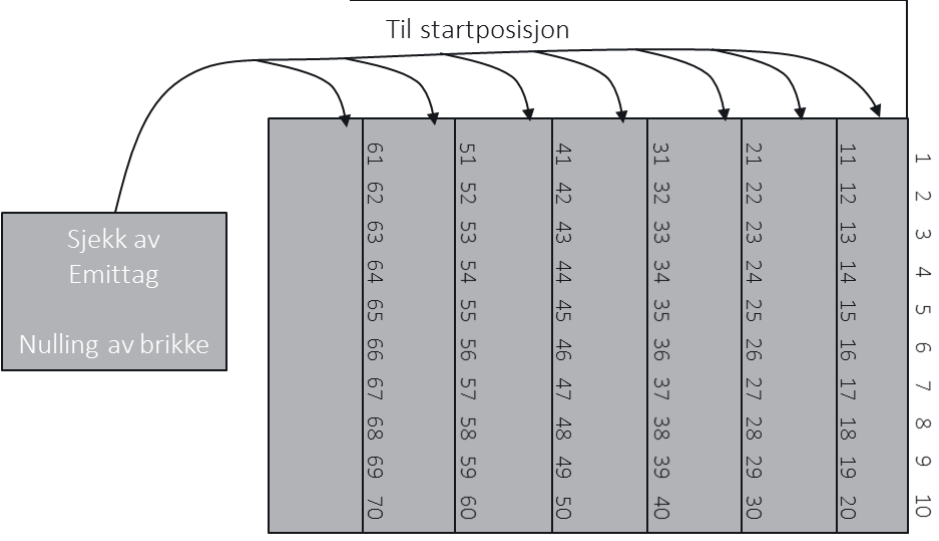


Arena	Kringsjå Skole Kongshavnveien 110 4639 Kristiansand Fra Kristiansand sentrum til arena er det ca. 12 km. Det er begrenset tilbud med offentlig kommunikasjon. Deltagere og publikum oppfordres til å samkjøre. Det er merket fra E18 til arena. 
Parkering/Trafikk	Det er noe begrensede parkeringsmuligheter i nærheten av arena. Det oppfordres til samkjøring for å begrense antall biler. Parkering skal kun skje på anviste plasser. Det er inntil 1000 meter å gå fra parkering til arena. Vi har ikke parkeringsmuligheter for campingbiler og campingvogner i nærheten av arena.
Løpskontor	Løpskontor er i gymsalen og åpner 2 timer før første start. Se arenakart.

Klasser, løyper og starttider

Klasse	Startnr.	Starttid	Løypelengde	Antatt vinnertid
D17-18	501-600	21:15	3.9	42
H17-18	401-500	21:25	5.5	49
D19-20	301-400	21:35	5.2	53
H19-20	201-300	21:45	7.4	62
D21	101-200	21:55	6.4	63
H21	1-100	22:05	9.6	73

Kart	Frikstad. Målestokk 1:10 000. 5m ekvidistanse. Kartet er nytt til arrangementet. Postbeskrivelser er trykket på kartet. Det er ikke løse postbeskrivelser.
Terrengbeskrivelse	Terrenget er middels kupert sørlandsterreng. De lengste løypene på Natt-NM kommer inn i partier med grovere kupering. I stor grad god fremkommelighet. Flere partier med åpen lettløpt skog. I stor grad blandingsskog og lauvskog. Bunnen varierer fra meget fin til middels tung. Innslag av bevokst myr. Terrenget består i stor grad av kollepartier med mye detaljer og krevende orientering. Natt-NM terrenget er spesielt valgt for å gi en god nattorienteringsopplevelse med vekt på god fremkommelighet og krevende orientering.
Kart/terreng - spesielle forhold	En del skrenter på kartet er små i terrenget. Det kan forekomme enkelte mindre stier og dyretråkk som ikke er markert på kartet.
Forbudte områder	Dyrket mark som er forbudt å løpe på er markert som forbudt område med rød skravur på løpskartet. Hager markert som totemark på løpskartet er forbudt.
Spredningsmetode	Det er spredningsmetoder i alle klasser.
Kartbytte	Alle klasser har kartbytte. Begge kartene leveres ved start, del 1 vendt ut. Ved kartbytte vendes kartet og startpost på del 2 er samme som siste post på del 1. Det er ingen bemanning ved kartbytte
Anbefalt skotøy	Vanlige O-sko med pigger. Lange pigger er ikke tillatt på fellesstart.
Avstander	Forstart og fellesstart er rett ved arena. Se arenaskisse.
Startnummer	Alle skal løpe med startnummer. Hver enkelt henter sitt eget startnummer (selvbetjening på arena) og fester det på drakten med sikkerhetsnåler. Startnummer hentes minst 30 minutter før egen start. Startlister publiseres på nettet og på arena.
emiTag, emitbrikke	De som skal leie emiTag og emitbrikke henter dette i løpskontoret minst 30 minutter før start. Tap av emiTag/emitbrikke belastes med 600,-.
Backup-lapper	Selvbetjening ved start og på arena.
GPS og GPS-vester	GPS og GPS-vester deles på arena 15-30 min før start. Liste over løpere som skal løpe med GPS slås opp ved utdelingen og publiseres på eventor. GPS-enheter og vester leveres ved målgang.
Karantene	Fra kl. 21:40 er gymsalen forbudt område for løpere som ikke har startet. GPS-tracking åpner kl. 21:45. Det er ikke tillatt for løpere å se på GPS-tracking på noen medier (telefon, nettbrett, etc.) før egen start. Det er heller ikke lov å snakke med/snakke om løyper og terreng med løpere som kommer i mål.

Oppvarming	På fotballbanen, på skoleplassen øst for skolen og på veien som fører fra skoleplassen og ned til start. Frem til 20:45 kan det varmes opp i utløpstraseen som beskrevet under startområdet.
Startområdet	Overordnet skisse: Gul pil viser løype fra starten og mot startpost. Startfeltet vil ha 10 personer i bredden. Frem til kl.20.45 vil området langs den gule pilen være tilgjengelig for løperne slik at de kan gjøre seg kjent. Rød pil viser mulig passering for løpere. Det vil være en korridor markert med heltrukne røde og hvite plastbånd som passerende løper skal følge. Vest for den røde linjen, i kanten av plassen, vil det være plass for publikum. Det vil også være plass for publikum langs gjerdet på oversiden av plassen, mot skolen.  Detaljert startfelt: 

Start	En felles start for hver klasse, publikumsløpere har egen start helt til slutt. Starttidspunkt er gitt i egen tabell. Fellesstarten går fra parkeringsplassen ved fylkesveien ca. 100 m fra arena. 1. Løpere som skal ha GPS-sender må hente og ta på seg denne 15-30 min før start. Denne hentes på arena. 2. Før start skal løperne gå igjennom en sluse for å avlese EMIT-tag. Dette er en kontroll av at EMIT-tagen er registrert på riktig startnummer. Det er løperens ansvar at dette skjer senest 10 min før start. 3. Løperne må også nulle stemplingsbrikkene sine i god tid før starten. 4. På signal – fra startleder, stiller løperne opp på sin plass 4 minutter før start. Det er løperens ansvar å være i klar til å gå inn til sin startposisjon på dette tidspunkt. Brikken skal da være nullet. Ved oppstilling skal løperen stå bak merket med sitt startnummer. Vi har kun skrevet ned de to siste snifferne. Løpere med startnr 1, 101, 201, 301, 401, 501 stiller alle seg opp bak nr 1, Løpere med start nr 2, 102, 202, 302, 402, 502 bak markering nr 2 osv... Løpere som ikke har stilt seg opp på sin plass før kartutdeling starter risikerer å måtte vente med å starte til etter at starten har gått eller få tildelt ny plass bakerst i feltet 5. Løperne får utdelt sitt kart i hånden fra funksjonær. Kartet er rullet sammen , og holdt sammen med en strikk. Løperne er selv ansvarlig for å kontrollere at de har mottatt riktig kart. Løpere som ser på kartet før start blir disket. 6. Når alle har fått sitt kart vil båndene som markerer startplassene bli fjernet, men løperne skal stå i ro på sin plass frem til startskudd. 7. Løperne følger reflekser og hvite merkebånd til startpunkt. Dette er ca 230 meter. 8. Det er ikke tillatt å krysse sperrebånd før startpost. Sperrebåndene er bl.a. satt der av hensyn til et plantefelt. 9. Løpere som kommer for sent til start henvender seg til startleder og vil få sitt kart så snart praktisk mulig, men på en slik måte at det ikke går utover øvrige fellesstarter.
Startpost	ca. 230 meter fra tidsstarten. Det vil være ledende tilnærmet sammenhengende merking med rød og hvite bånd. Dette kommer i tillegg til oppgitte løypelengder. Startpost er markert med postflagg og refleks.
For sent til start	Løpere som kommer for sent til start må følge arrangørens veiledning.
Poster	Merket med postskjerm og reflekssylder som henger separat fra stemplingsbukk. Generelt er topp av refleks plassert ca 80 cm over bakkenivå. Sjekk koder. Postene ligger til dels tett. På NM-natt vil det stå poster i skogen som skal brukes til publikumsløp og KOK-2-dagers lørdag og søndag.
Stempling/tidtaking	Stemplingskontroll med Emit-brikke. Tidtagning med emiTag.
Drikkestasjoner	Det er 2 drikkestasjoner ute i terrenget og en ved passering. De lengste løypene vil kunne benytte alle disse. I tillegg er det drikke ved mål.
Kryssing av vei	Det er flere kryssinger av offentlig vei. Generelt er det lite trafikk. Det er kun veivakter ved enkelte punkter, der det forventes mest trafikk. Løpere må vise aktsomhet ved veikryssing.

Målgang	Det er merket løype fra sistepost til mål. På målstreken registreres løpstiden ved passering av fotocelle. Følg sluse videre til avlesning av brikke for postkontroll. Ved avvik anvises løperne til rød sone. Følg deretter slusen videre for innsamling av emiTag og utlevering av strekktidslapper. Løpere som skal delta på NC på søndagen beholder lånte emiTag. Mållinjen filmes kontinuerlig og jevne dueller kan avgjøres med fotofinish. Jamfør NOFs konkurranseregler er man i mål når brystkassen bryter mållinjen. Vann og saft er tilgjengelig i målområdet.
Maksimaltid	Alle løpere må være i mål innen kl. 23:59.
Tøy fra start	Start er rett ved arena og hver enkelt ordner med eget tøy.
Resultater og premieutdeling	Resultater henges opp fortløpende. Oppheng av offisielle resultatlistene og protestfrist annonseres av speaker på arena. Det blir enkel blomsterseremoni fredag kveld. Medalje- og premieutdeling avholdes på banketten lørdag kveld.
Garderobe	Garderobe med dusj er tilgjengelig på arena. Vi oppfordrer til å være raske i dusjen da varmtvannskapasiteten er begrenset.
Toaletter	Tilgjengelig på arena. Se arenaskisse
Skobegrensninger	O-sko tas av ute og settes igjen utenfor garderoben.
Fair play	Det er ikke tillatt å ha med seg o-kart over området til arena. Kart blir samlet inn ved målgang inntil siste start.
Førstehjelp	Det er eget sanitetsteam med lege og helsepersonell på arena. Se arenaskisse.
Bespisning	Det serveres varm mat (suppe) og et rikt utvalg av kioskvarer og kaker på arena.
Salg av sportsutstyr	Sport 8 har salg av sportsutstyr på arena
Tilrettelegging for publikum og media	Wifi er tilgjengelig på arena med mulighet til å følge live resultater og GPS-tracking. GPS-tracking vil også vises på storskjerm inne i gymsal. Det er god mobildekning i området. Husk: Løpere som ikke har startet har ikke lov til å følge GPS-tracking i noen som helst form.
NOFs regelverk	Det vises til regelverk for Norgesmesterskap på: www.orientering.no
Løypelegger	Holger Hott (KOK)
Løypekontrollør	Stein Erik Scheie, (OK Sør)
TD og arr.ansvarlig	Jan Arild Johnsen (NOF)
Speaker	Jan Blandkjenn
Løpsleder/komiteleder	Øyvind Mikkelsen
Jury	Hanne Raadal, Halden Jakob Haugen, Stjørdals Blink Odd Strand, Kongsberg

NM Natt

fredag 31/3-2017

