



Sandefjord OK

Velkommen til NM-helg i orientering

21. – 23. september 2018



PROGRAM

Fredag 21.9 (sprint), Bugården

17:00 Første start Norgescup sprint og gjesteklasse D/H16 (kun for 16-åringer)

19:00 Premieutdeling

Lørdag 22.9 (mellomdistanse, O-idol og Handelsbanken-løpet), Gallis

10:30 Første start Norgescup Mellomdistanse

11:00 Første start Handelsbanken-løpet (Publikumsløp)

12:00 Første start O-idol utfordrer

12:30 Første start O-idol

15:00 Premieutdeling

Søndag 23.9 (stafett og jaktstart), Gallis

09:30 Første start Norgescup Jaktstart

10:00 Start NM Stafett H17-20

11:00 Premieutdeling jaktstart

11:30 Start NM Stafett D17-20

13:30 Premieutdeling

NB! Se egen innbydelse for Handelsbanken-løpet

Velkommen til spennende konkurranser i Sandefjord!

www.nmhelg2018.no



SPORT & .NO

TERRENG

Bugården (fredag): Løpsområdet består i hovedsak av:

- Lavhusbebyggelse med et tett nettverk av smågater, gangveier, småstier, lekeplasser og friområder.
- Noen små skogspartier med stort sett god fremkommelighet og ren bunn.
- Lavblokkbebyggelse med gater og grøntarealer rundt.
- Oversiktlig parkområde med gang-/sykkelveier, store bygninger og god løpbarhet.

Løpsområdet må betegnes som detaljrikt, stedvis svært detaljrikt.

Gallis (lørdag/søndag): Terrenget består for det meste av slake furukledde åser med god oversikt og løpbarhet som innbyr til høy fart, men også innslag av mer kantete koller med en del skrenter og stup. Det forekommer noen grøntområder med grei løpbarhet men dårligere sikt og vanskeligere orientering. Noen få gamle hogstfelt med nedsatt løpbarhet. Middels til liten detaljrikdom. Et skogsterreng hvor man kommer svært lite i kontakt med dyrket mark. En del stier skjærer gjennom terrenget.

Sperret terreng: Kart over sperret terreng ligger på hjemmesiden og på NOF sin Google-side

KART

Bugården (fredag): Området har vært kartlagt tidligere. Grundig synfart av Helge Gisholt til Hovedløpet Sprint i 2013. Ny synfaring er utført i 2018 av Per Erik Larsen.

Gallis (lørdag/søndag): Området har vært kartlagt tidligere. Total revisjon til dette løpet er utført av Jon Ringdal i 2017 og 2018.

Gamle kart blir tilgjengelige via nmhelg2018.no

ARENA/PARKERING

Bugården (fredag): Merket fra krysset Sandefjordsveien / Peder Bogens gate. Parkering ved Sandefjord VGS samt øst for Bugårdsdammen (Stadionveien). Arena på Sandefjord Storstadion, Bugården. Ca 10 minutter å gå fra parkering til arena. Barnevognvennlig. Ingen parkeringsavgift.

NB Viktig at alle løpere er på plass på arena senest kl 16.45 da veien fra parkering til arena kan være i løpsområdet.

Gallis (lørdag/søndag): Arena: Rismyr. Parkering ved Kodal skole. Merket fra E18, avkjøring nr 42. Følg skilting/merking til Kodal langs Kodalveien (RV305) i ca 8 km. Ca 10 minutter å gå fra parkering til arena. Barnevognvennlig. Ingen parkeringsavgift.

PÅMELDING

Ordinær påmeldingsfrist onsdag 12. september kl. 23:59.

Påmelding gjøres i Eventor med Emit brikkenummer og emiTag-nummer. De som ikke melder seg på med eget emiTag-nummer tildeles leiebrikke og faktureres med kr 50,- i leie pr. løp. Samme leiebrikke skal benyttes i alle løpene. Leveres ved målgang etter siste gangs bruk

Obs! Handelsbanken-løpet (publikumsløpet) har påmeldingsfrist 17. september kl 23.59.

Startkontingent

Norgescup, alle klasser kr 275,-

O-idol kr 200,-

O-idol utfordrer kr 80,-

NM stafett junior, pr lag kr 1.500,-

Handelsbanken-løpet u/16 år kr 80,-

Handelsbanken-løpet o/17 år kr 120,-

Reisefordeling etter NOFs regelverk. Gjelder kun deltagere på NM stafett junior

Etteranmelding kan gjøres senest onsdag 19. september kl 23:59.

Tillegg for etteranmelding er 50%.

Siste frist for registrering av lagoppstilling til stafetten er lørdag 22. september kl. 20:00.

STEMPLING - OG TIDTAKERSYSTEM

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

GPS

Ved påmelding godtar alle løpere å løpe med tracking. Informasjon om hvilke løpere som skal løpe med GPS kommer senere.

PREMIEUTDELING

Ordinær premieutdeling for Norgescup, O-idol og NM stafett junior.

KLASSER OG LØYPER

	Klasse	Lengde	Vinnertid
Fredag	Alle klasser	2,0 – 3,0 km	12-15 minutter
Lørdag	D17-18E	3,2 km	25-35 min
	D19-20E	3,4 km	25-35 min
	D21E	4,9 km	25-35 min
	H17-20E	3,8 km	25-35 min
	H19-20E	4,0 km	25-35 min
	H21E	5,9 km	25-35 min
	O-idol Jenter	4,6 km	45 min
	O-idol gutter	5,3 km	45 min
Søndag	D17-20E	3,5 – 3,5 – 4,4	90-100 min
	H17-20E	4,5 – 4,5 – 6,0	100-110 min
	D21E	6,3 km	45 min
	H21E	7,5 km	45 min

START

Bugården (fredag): Ca 10 minutter å gå til start. Samme start for alle klasser.

Gallis (lørdag): Ca 10 minutter å gå til start. NB! Publikumsløpet har egen start.

Gallis (søndag): Stafetten har start på arena. Ca 10 minutter å gå til starten for D/H21.

SALG

Salg av grillmat og vanlige kioskvarer alle dager. Sport-8 har salgstelt alle dager.

OVERNATTING

Vi har inngått avtale med Clarion Collection Hotel Atlantic, som ligger midt i Sandefjord sentrum.

Avtalt pris for rom med frokost er som følger:

Enkeltrom (pr natt): kr 980,-

Dobbelrom (pr natt): kr 1.140,-

Trippelrom (pr natt): kr 1.440,-

Inkludert i prisen er i tillegg kaffe, te og frukt ved resepsjonen hele døgnet, «afternoon sweets» fra kl. 15:00-18:00 samt kveldsmat fra kl. 18:00-21:00.

Hotellet tilbyr også muligheten for vask av skittent o-tøy til kr 75,- pr vask,.

Oppgi bookingkode GR003725 ved bestilling.

Bestilling foretas via mail til atlantic@choice.no eller tlf. 33 42 81 50.

TRENINGSMULIGHETER

Tilbud om treningsopplegg i relevant terreng blir lagt ut på hjemmesiden etterhvert.

LØPSORGANISASJON

Løpsleder: Arne Håkon Jørgensen (90526415) og Roar Nilsen

Løypeansvarlig: Kari Christiansen

Arenasjef: Trond Foss

Løypelegger fredag: Per Erik Larsen

TD fredag: Jan Arild Johnsen

Løypelegger lørdag: Stein Martinsen og Marius Martinsen (Handelsbanken-løpet)

Løypelegger søndag: Knut Ivar Johansen

TD lørdag og søndag: Helge Stenerud



Handelsbanken