



Løp 15 i Sport8-Norgescup 2018 for seniorer - Løp 13 for juniorer

PM - NM I NATTORIENTERING 2018

nmnatt2018.no

Åpning av NM i nattorientering 2018

Ordfører i Drammen, Tore Opdal Hansen, vil forestå den offisielle åpning kl 18.30.

Arena

Aronsløkka skole ved [Drammen Skisenter](#). Merket fra Fv283, ved Åssiden, 3,5 km vest for Drammen sentrum.

Parkering på skisenteret. Parkeringsavgift 40 kr. Kontant eller Vipps: #15368

Starttider

Starttider legges ut i Eventor 11.10.2018 kl 20:00. Første start i NM-klassene vil være kl 19:10. Gjesteløpere vil starte før dette, tett opp til kl 19:00.

NM-klasser og løpelengder (løyper også for gjesteløpere)

| | D 17-18 | D19-20 | D 21- | H 17-18 | H 19-20 | H21- |
|----------------------------|----------------|---------------|--------------|----------------|----------------|-------------|
| Løypelengde, km | 4,5 | 5,7 | 7,7 | 6,9 | 8,4 | 10,5 |
| Stigning, m | 135 | 160 | 215 | 195 | 235 | 295 |
| Poster | 14 | 17 | 20 | 19 | 20 | 22 |
| Meldeposter | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 |
| Startintervall, min | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 |
| Gjesteklasser 1 min | | | | | | |

Startnummer mm

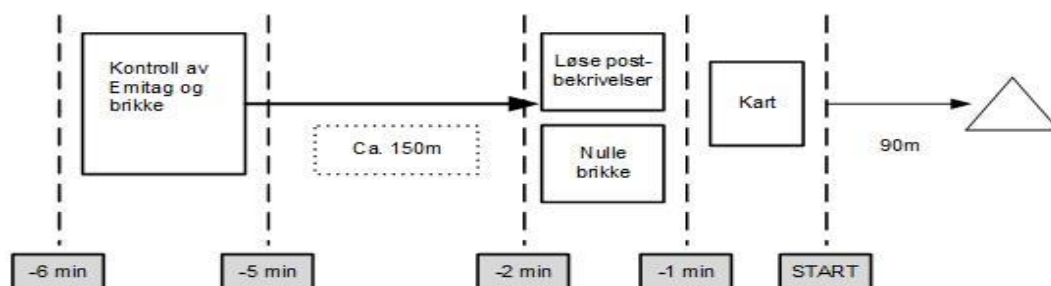
Deltagerne henter sitt startnummer ved informasjonsbord i hovedinngangen til gymsal. Startnummeret fungerer også som billett til stolheisen. Leiebrikker (Emit stemplingsbrikker og EmiTag) hentes samtidig. Dette gjelder også løpere i gjesteklassene. Alle får en buff fra bankID.

Start og startordning

Løperne tar stolheis til start. Beregn 15 min til startområdet inkludert 5 min. i stolheis. Heisen starter rett vest for parkeringen. Følg merking tilbake dit. Det er ca. 250 m fra toppen av heisen til forstart.

Det er også mulig å gå til start rett opp alpinbakken, ca 30 min. Traseen er ikke merket. Vær oppmerksom på at området øst for alpinbakken er forbudt område for løpere.

De som skal løpe med GPS-enhet, henter det i forstartområdet. De aktuelle løperne må beregne ekstra tid til dette. Også backup-lapper finnes i forstartområdet. Opprop ved forstart skjer 6 min før starttid. Videre startprosedyre som vist i tegning:



Merkingen fra forstart til tidsstart og til startpost består av bånd og reflekser. Start skal skje nøyaktig på starttid på signal fra startklokke.

De løse postbeskrivelsene vil være maks. 55 mm x 155 mm.

Det vil være førstehjelp ved start, og denne vil være bemannet under hele løpet.

Overtreksklær blir transportert jevnlig til samlingsplass.

Bemerk at det ikke vil være toalett ved start.

GPS-tracking

Et antall av de sist startende løpere i hver klasse vil bli utstyrt med GPS. Dette utdeles nær forstarten. Linker til GPS vil finnes på [Liveresultater](#). Der vil en også finne info om når trackingen starter for hver klasse. Visning av gps-tracking i gymsalen starter kl 21.30.

Fair play

De første løperne vil komme i mål før de sist startende har forlatt målområdet/løpsarena. Det organiseres ingen karantene, men det forventes at verken løpere eller andre deler løpsinformasjon med de som ikke har startet. GPS-tracking må selvsagt ikke følges før start. På løpsarenaen er det også forbudt å ha med gamle kart over løpsområdet. De sist startende må forlate arenaen senest kl 21.30.

Væskeposter

Det er bemannet væskepost i løypene H21-, D21- og H19-20. Førstehjelpsutstyr finnes.

Poster

Postene har postskjerm, reflekssylinder og stemplingsbukk. Generelt er topp av refleks plassert ca 100 cm over bakkenivå.

Kartet

Goliaten, målestokk 1:10.000, ekv. 5 m, i A3-format for alle klasser. Kartet ble synfart og rentegnet av Svein Bakken, Helge Gisholt og Anders Fossøy i 2013-16 i ISOM2000. Mindre revisjoner er utført i 2018 av Tibor Vári. Kartet er offsettrykket hos BK Grafisk AS i Sandefjord. Løpetrykket er i henhold til ISOM2017.

Postbeskrivelser er trykket på kartet.

Terreng og kart

Terrengen består dels av slak skråli, dels av moderat kupert skogsterreng med en del større myrer og dels av brattere områder med rekker av skrenter, stup og blokkstein.

Vegetasjonen er for det meste åpen naturskog av furu, med noe innslag av gran og bjørk. Skogbunnen er i hovedsak beveget med røsslyng og blåbærlyng av varierende høyde og tetthet. Tydelige myrer har de fleste steder en overflate av jevn og myk torvmose med noe gress. Utydelige myrer er som regel mer eller mindre lyngbeveget. Det er lite stier i første del av løypene. I løpstraséene finnes ingen hogstfelt. Grasvoll forekommer bare rundt enkelte hytter

Når stup- og skrentrekker skal passeres fra oversiden kan det oppstå risikosituasjoner. Vi ber derfor løperne om å utvise forsiktighet ved stup- og skrentpassering.

For å redusere risiko har vi sperret oversiden av en stup- og skrentrekke med bånd i terrenget og markert området på kartet som forbudt område.

I siste del av løypene vil alle løyper passere en bratt skråning med stein og skrenter. Terrengen her er preget av utstrakt bruk, og det kan være vanskelig å se stiene. Vi har derfor merket 30-40 m av hovedstipassasjen med refleks. Hensikten er å vise løperne hva som er den mest framkommelige traséen. Merkingen er ikke med på kartet, og det er heller ikke påbudt å bruke denne stien.

Områder uten trær eller med markant færre trær enn i terrenget rundt, har synfarer markert med lys gul farge eller grovt gult raster. I disse områdene er skogbunnen vanligvis lyngbeveget, men ofte med innslag av berg i dagen. Overgangen mellom gult og hvitt på kartet kan være diffus i terrenget.

Deler av løpsterrengen har mye stein. I slike områder er kun steiner på 1m og mer tatt med på kartet. I områder med lite stein er tydelige steiner tatt med, også om de er noe lavere enn 1 meter.

I siste del av løypene vil løperne passere nær en speiderhytte. I terrenget rundt er det mange skilt og forskjellige aktivitets- og lekeapparater som ikke er med på kartet. Det gjelder også små tråkk mellom lekeapparatene. Videre nedover lia mot mål er det en del polstrede trær, trebruer og andre tilretteleggings- og sikkerhetstiltak som har med utforsyking å gjøre. Disse er heller ikke med på kartet.



Arenafasiliteter

Skolens gymsal vil være vrimeområde med servering, resultatlister, visning av gps-tracking og premieutdeling med mer. I gymbygget er det toalett og dame- og herregarderobes med dusj. Separate innganger fra gymsal/skolegård. Søndre inngang er hovedinngang. Nordre inngang er forbeholdt dameløpere. Ytterligere toaletter finnes i skolens hovedbygg med inngang bak målet. Løperne må notere seg at det ikke er toalettfasiliteter ved start.

I kiosken kan du kjøpe varm hjemmelaget suppe i tillegg til vanlig meny som kaffe, brus, kaker og Sturlas spesialitet; sveler.

For publikum vil det være mulig å se løperne i skogen på avmerket område nær mål, se arenekart på siste siden.

Premieutdeling

Premieseremoni med rause uttrekkspremier vil bli annonsert og gjennomført i skolens gymsal rett i forkant av den ordinære premieutdelingen, ca kl 23. Alle som stiller til start i NM og er til stede, er med i trekningen. Følgende premier trekkes: 1 par Randonée ski (BankID), 1 stk Lumonite Hodelykt (Valostore), 2 stk Silva Løpevester (Sport8) og 1 par trådløse Hodetelefoner (TechnipFMC)

Premieutdeling for NM-klassene vil foregå samlet så snart resultatlistene er klare. Det deles ut NM-medaljer, gavepremier fra Sport8 og andre flotte premier samt diplomer. Uavhentede premier ettersendes ikke. 1/3 av de startende premieres.

Løpsleder

Linda Verde, telefon 995 63 167

Jury

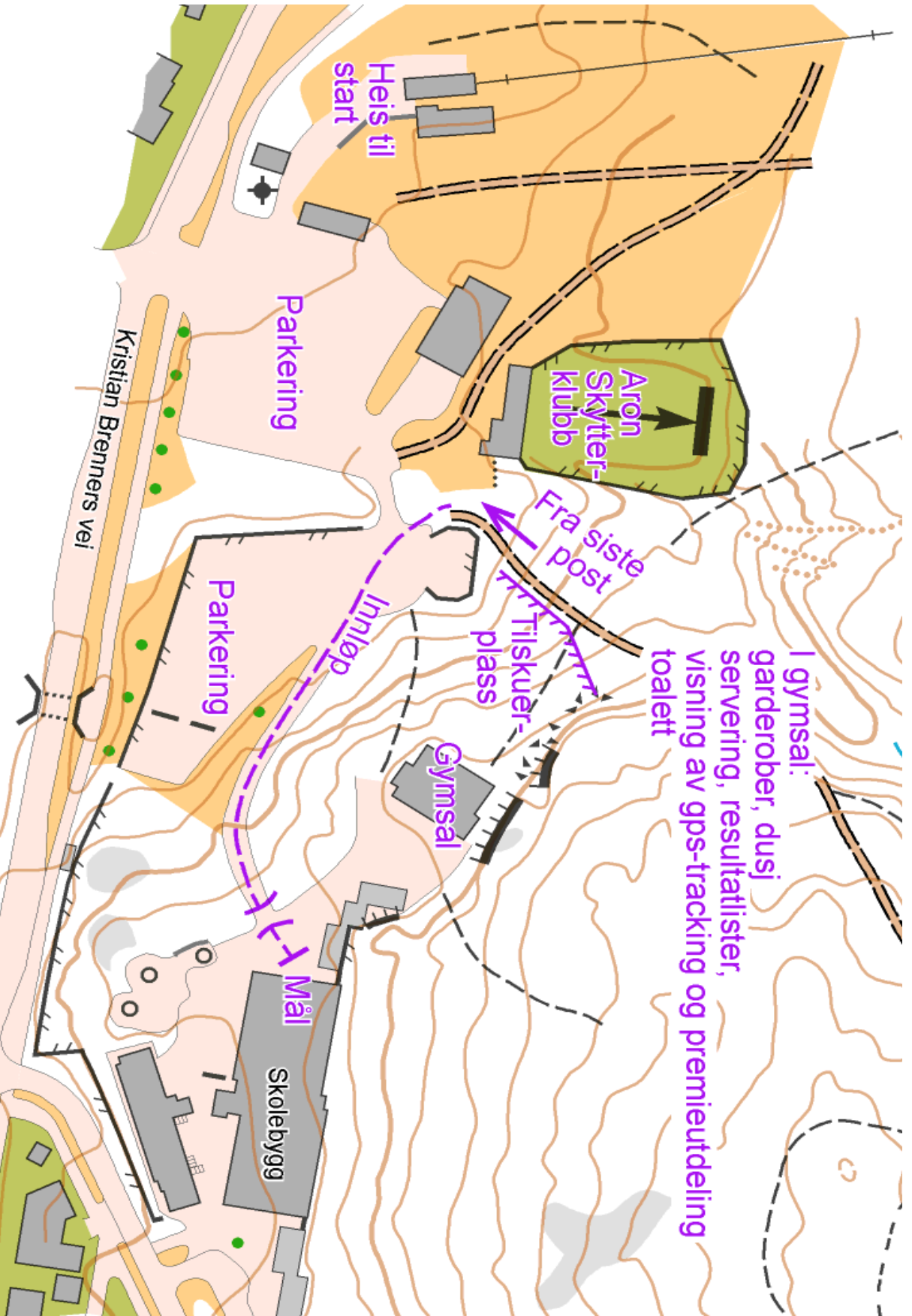
Jurymedlemmer blir pekt ut av Norsk Orientering. Speaker vil opplyse om klagefrister.

Vi takker våre viktigste sponsorer



Sponsorer til Norsk Orientering:





I gymsal:
garderob, dusj
servering, resultatister,
visning av gps-tracking og premieutdeling
toalett

Aron
Skytter-
klubb

Gymsal

Parkering

Parkering

Skolebygg

Heis til
start

Kristian Brenners vei

Innløp

Tilskuer-
plass

Mål

Fra siste
post