



SPRINTLIGA 2019
NORSK ORIENTERING

Stavanger OK ønsker velkommen til

Sprintliga 2019

Søndag 31. mars 2019

Prøve-NM knockout sprint



Foto: Kjell Skjæveland

PM



SPRINTLIGA 2019
NORSK ORIENTERING

Program Prøve-NM knockout sprint søndag 31. mars 2019

TIDSSKJEMA

Start: Første ordinære start kl 10.00, Semifinaler ca kl 13.30 (Runners Choice), og Finaler ca kl 15.45

09.00 Arena åpner ved Kvernevik skole.

10.00 Start Kvalifisering H17-20, H21, D17-20 og D21.

Startlister publiseres lørdag kveld.

10.50 Start kvalifisering resterende klasser.

Startlister publiseres lørdag kveld.

13:30 Start Semifinale, Heat med 10 løpere, start hvert 5. min.

Heat 1 – 3: De 30 beste i klassene D17-20 og D21

Heat 4 – 6: De 30 beste i klassene H17-20 og H21

Heat 7 – 9: De 30 beste i klassene D/H10, D/H11-12, D13-14, D15-16, D40 og D/H60

Heat 10 – 12: De 30 beste i klassene H13-14, H15-16 og H40

Heat 13 – 15: Resterende løpere, alle klasser.

15:45 Start Finaler - 4 heat med 10 løpere, start hvert 10. min.

15:45 Løpere fra semifinale heat 7 – 9

15:55 Løpere fra semifinale heat 10 – 12

16:05 Løpere fra semifinale heat 1 – 3

16:15 Løpere fra semifinale heat 4 – 6

16:45 Premieutdeling



SPRINTLIGA 2019

NORSK ORIENTERING

Parkering og frammøte

Samlingsplass er i Kvernevik skole, Heiloveien 11, 4049 Hafrsfjord. Kartlink:

(<https://goo.gl/maps/mnvypv2mE662>)

Skolen ligger innenfor sperret område. Adkomst til samlingsplass/arena KUN via angitte veier på dette detaljkartet:



Kartlink parkering: P1(<https://goo.gl/maps/du7xFHbZQoL2>) P2 (<https://goo.gl/maps/oYVcZG5xfEv>)

Informasjon om kollektivtransport finnes her: <http://sprintliga2019.o-klubb.no/transport/>



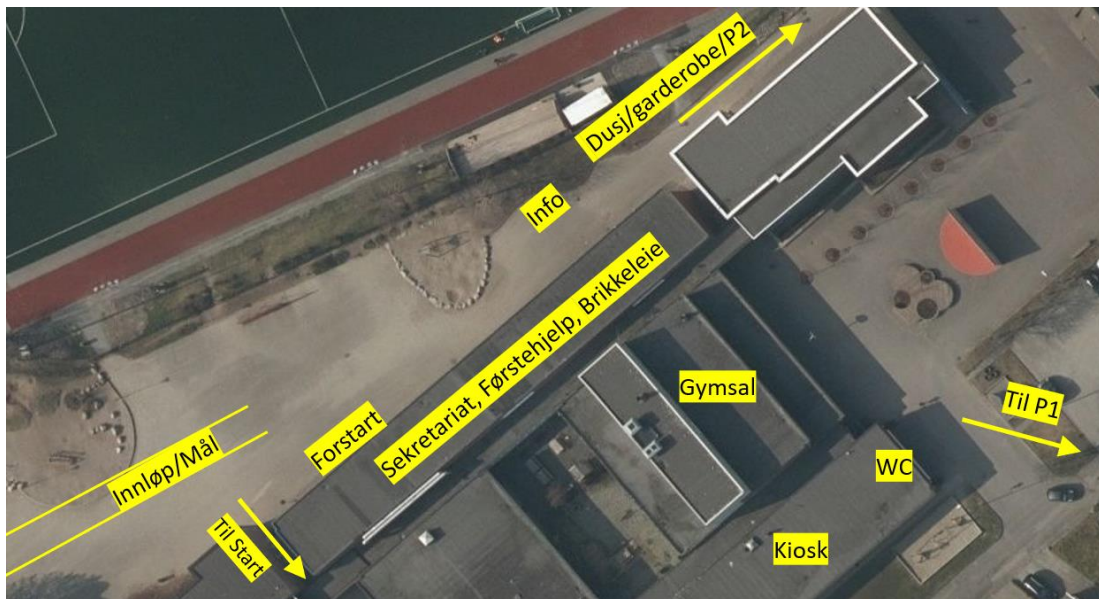
SPRINTLIGA 2019

NORSK ORIENTERING

Viser også til oversiktskart over [sperret terreng](#), som også finnes med lenke på hjemmesiden til arrangementet.

Arena

Arena er ved Kvernevik skole. Det er mulig å oppholde seg inndørs før og mellom løpene. Det er ikke plass til klubbtekt på arena.





SPRINTLIGA 2019

NORSK ORIENTERING

Løpskontor

Åpner søndag kl. 08.30 i Kvernevik skole.

Karanteneområde

Det er ikke satt av et spesielt område som karantene, men løperne bes oppholde seg i og ved Kvernevik skole i henhold til avgrensninger i bilde på forrige side. Det er forbudt å bevege seg inn i bebyggelsen utenfor skoleområdene.

Oppvarming kun i området rundt Kvernevikhallen og Smiodden skole, som indikert i bilde.

Det er selvbetjening av startnummer og sikkerhetsnåler ved sekretariat.

Leie-emiTag deles ut i sekretariat (Kvernevik skole, gymnastikksalen).

Startlister og PM er oppslått i Kvernevik skole, gymnastikksalen.

Det er drikkevann fra spring og salg av mat i Kvernevik skole.

I forstart, på vei til start, sjekkes EmiTag.

Kvitteringssystem/tidtakingssystem

Det benyttes eTiming tidtaking med emiTag. Stemplingssystem er EMIT touchfree. Løpere som ikke melder seg på med egen emiTag tildeles leiebrikke.

GPS-tracking

GPS benyttes ikke i kvalifisering.

I semifinalen og finalen skal utvalgte løpere i klassene D/H 17-20 og D/H 21 benytte GPS. Utdeling av GPS inkl. vester foregår i sekretariatet. GPS hentes innen 30 minutter før egen starttid.

Startnummer

Alle løpere skal bære startnummer som skal festes med fire sikkerhetsnåler godt synlig på brystet.

Det er ikke lov å brette eller dekke deler av startnummeret.

Startnummer hentes ved sekretariatet.

Avstand fra gymsalen (arena) til start

Avstand fra gymsalen til start: ca 50 m

Lovlig trase mellom samlingsplass og start er på nordsiden av skolen og vil være merket.

Postbeskrivelser

Det er postbeskrivelser trykket på kartet. Løse postbeskrivelser i kvalifisering fåes i startområdet.



SPRINTLIGA 2019

NORSK ORIENTERING

Startordning

Startlister er oppslått ved start og i gymsalen.

- -3 min; Opprop. Utdeling av postbeskrivelser (kun kvalifisering). Løperen er selv ansvarlig for å ta riktig postbeskrivelse.
- -2 min; Nulling av emiTag.
- -1 min; Vent på startstrek.
- 0 min; Ta kart i startøyeblikket. Løperen er selv ansvarlig for å ta riktig kart.

For sent til start

Se NOF sine konkurranseregler pkt. 22.6.6

Hvis en deltaker på grunn av feil fra arrangørens side kommer for sent til start, skal vedkommende få ny starttid.

En deltaker som av egen skyld kommer for sent til start, skal få starte så snart som mulig uten å få ny starttid. Starttidspunktet bestemmes av arrangøren som skal ta hensyn til mulig påvirkning på andre deltakere.

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

Det er kort vei fra mål/samlingsplass til start, så overtrekkstøy vil ikke bli fraktet.

KVALIFISERING

Under kvalifiseringen løpes det klassevis. De 30 beste fra hver klasse fordeles i 3 semifinaleheat etter oppsatt skisse:

Heat A	Heat B	Heat C
1	2	3
6	5	4
7	8	9
12	11	10
13	14	15
18	17	16
19	20	21
24	23	22
25	26	27
30	29	28



SPRINTLIGA 2019

NORSK ORIENTERING

Klasser og løypelengder Kvalifisering

Individuell start, 1 min mellomrom.

Løypelengder på løpskartet er oppgitt iht. IOFs regler (korteste mulige veivalg).

Klasse(r)	Lengde (NOF) (km)	Lengde (IOF) (km)	Stigning (m)	Stip. vinnertid	Poster
H17-20, H21,	1,9	3,0	12	10:45	13
H13-14, H15-16, H40, H åpen					
D17-20, D21,	1,5	2,3	8	10:20	11
D10, H10, D11-12, H11-12, D13-14, D15-16, D40, D60, H60, D åpen, D Ny, H Ny					

Det er 43 m til startpost for alle løyper.

SEMIFINALE

De 3 beste løperne i semifinale + beste tid går til finalen. Ved forfall fra løpere som har kvalifisert seg til semifinalen, blir startnummeret stående åpent.

Det gafles med «Runners Choice» i semifinalen. Runners choice innebærer at løperne får se et utsnitt av kartet som viser en del av tre forskjellige løyper. Etter at løperne har sett på utsnittet i 30 sekunder, velger de hvilken gafling de vil ha. Løpernes personlige valg skal ikke meddeles til de andre løperne i heatet.

Klasser og løypelengder Semifinale

Start i heat av 10 løpere. Gafling (3 varianter) som «Runners Choice».

Løypelengder på løpskartet er oppgitt iht. IOFs regler (korteste mulige veivalg).

Klasse(r)	Lengde (NOF) (km)	Lengde (IOF) (km)	Stigning (m)	Stip. vinnertid	Poster
H17-20, H21,	1,6	2,8	44-45	10:15	14
H13-14, H15-16, H40, H åpen					
D17-20, D21,	1,3	2,2	35-36	10:00	10
D10, H10, D11-12, H11-12, D13-14, D15-16, D40, D60, H60, D åpen, D Ny, H Ny					

Det er 28 m til startpost for alle løyper.



SPRINTLIGA 2019

NORSK ORIENTERING

FINALE

Det gafles ikke i finalen. Ved forfall fra løpere som har kvalifisert seg til finalen, blir startnummeret stående åpent.

Klasser og løypelengder Finale

Løypelengder på løpskartet er oppgitt iht. IOFs regler (korteste mulige veivalg).

Klasse(r)	Lengde (NOF) (km)	Lengde (IOF) (km)	Stigning (m)	Stip. vinnertid	Poster
H17-20, H21	1,9	3,0	45	10:45	15
D17-20, D21	1,7	2,8	40	12:30	13

Det er 28 m til startpost for alle løyper.

KART

Kvernevik (utsnitt av sprintkartet Kvernevik), utgitt 2019, ISSOM sprintnorm.

- Målestokk: 1:4000
- Ekvidistanse: 2,5 m

Spesielle symboler

X Større lekeapparater

Postbeskrivelser

Det er postbeskrivelser trykket på kartet. Løse postbeskrivelser fås i startområdet i kvaliseringen. Det er ikke løse postbeskrivelser i semifinale og finale.

Beskrivelse av løpsområdet (terreng)

Sprintliga 2019 - Prøve-NM «knock out» arrangeres i Kvernevik, ut mot Nordsjøen, lengst vest i Stavanger kommune. Løypene går i boligområder med blanding av rekkehus, blokkbebyggelse og eneboliger. Det er innslag av furuskog og parkområder. Hovedsakelig flatt og lettløpt terreng. Det er ikke gater med gjennomgangstrafikk, men boligarter og en rekke trange gangveier.

Underlaget består av 50-75 % asfalt og 50-25 % grus/gress. Varierer i løyper og veivalg. En del ganske trange passasjer og gangveier i boligområder. Se opp for andre løpere.

Ekstra info om kart og terreng

Forbudte veier og anleggsområder er markert med rosa farge. Det fremgår tydelig hvor det er mulig å løpe på fortauet. Noen anleggsområder er ikke inngjerdet (vertikale rosa striper) og her gjelder utstrekning som angitt på kartet.

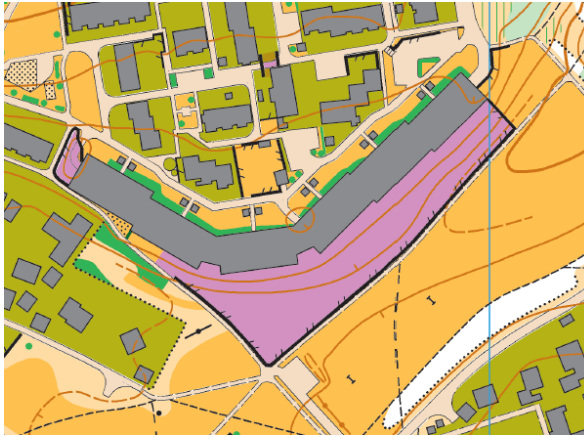
Generelt er det lite trafikk i løpsområdet (30 km sone), men Stavanger er en aktiv by også på en søndag, så vis aktsomhet ved kryssing av vei og ta hensyn til andre brukere av området.



SPRINTLIGA 2019

NORSK ORIENTERING

Anleggsområde



Et større anleggsområde var avsperrert inntil få dager før løpet. Dette er markert med upasserbart gjerde og forbudt område i kartet og er fortsatt forbudt. Under løpet vil det være markert med merkebånd.

Sperringer

En rekke gater og passasjer er sperret for gjennomløpning. Dette er marker med rosa fargefyll (med overtrykkseffekt) og tykke svarte streker. Det vil være postvakter i disse områdene for å observere løperne.



I terrenget er det lagt ut røde/hvite sperrebånd i disse områdene. Der det er gater som sperres vil sperrebåndet ligge på asfalten, slik at andre kan passere.

I noen tilfeller er det sperret med sperrebånd i grønt-områder (hage / forbudt grønt) og passasjer som er stengt jfr. kartet, men kan oppfattes som fristende å bruke.

Løperdrikke

Det er tilgjengelig vann og saft i målområdet.

Resultater

Offisielle resultatlister blir slått opp fortløpende på arena.

Resultater på: <http://www.liveresultater.no/livesider/livesenter.php?arr=711>



SPRINTLIGA 2019

NORSK ORIENTERING

Plass 1-10 rangeres etter rekkefølgen i mål i finalen – feilstemplede eller brutte løpere i finalen plasseres på plass 10, ved flere feil eller brutt gis det delt plassering ut fra antall involverte.

- Plass 11-30 rangeres etter plassering i semifinalene
 - Plass 11-13 = de som kommer på 4.plass i semifinalene
 - Plass 14-16 = de som kommer på 5.plass i semifinalene
 - Plass 17-19 = de som kommer på 6.plass i semifinalene
 - Osv.
- Feilstemplede eller brutte løpere i semifinalene plasseres på plass 30, ved flere feil eller brutt gis det delt plassering ut fra antall involverte.
- Plass 31- øvrige løpere etter rekkefølgen i kvalifiseringen. Feilstemplede eller brutte løpere i kvalifiseringen blir uplassert.

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. Det er forbudt å ta med mobil, nettbrett, PC eller kart over løpsterrenget inn i karanteneområdet.

Arrangøren har gjort det vi kan for å sikre rettfærdige konkurranser.

For å gjøre sprintorientering rettfærdig for alle løpere må det være forbudt å krysse detaljer som på kartet er framstilt som upasserbare, uavhengig av den reelle passerbarheten.



Klager

Klageskjema fås på løpskontoret på arena. Alle klager skal være levert skriftlig til løpskontoret på arena innen 15 minutter etter resultatliste med klagefrist er slått opp på arena. Klager levert etter denne fristen blir avvist.

Sanitet

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

Toaletter

Det er toaletter tilgjengelig i Kvernevik skole.

Dusj og garderober

Det er dusj og garderober i Kvernevikhallen, Heiloveien 9.

Åpningstid: kl. 11.00 – 18.00



SPRINTLIGA 2019

NORSK ORIENTERING

Salg

Kiosksalg med lapskaus, kaffe, brus og kaker.

Premieutdeling

Premieutdeling ved Kvernevik skole etter hvert som det foreligger offisielle finaleresultater.

Jury

- Isa Heggedal
- Niklas Profors, NOF
- Kjell Skjæveland, Stavanger OK

Løpsledelse

Løpsleder

Jone Sæbbø

92 83 41 42/jone.saebbøe@gmail.com

Løypelegger

Kjetil Wirak

Arrangementsansvarlig NOF

Jan Arild Johnsen



noname