PM

KM-Helg Nordland Orienteringskrets 2019

Sprint, Langdistanse og stafett

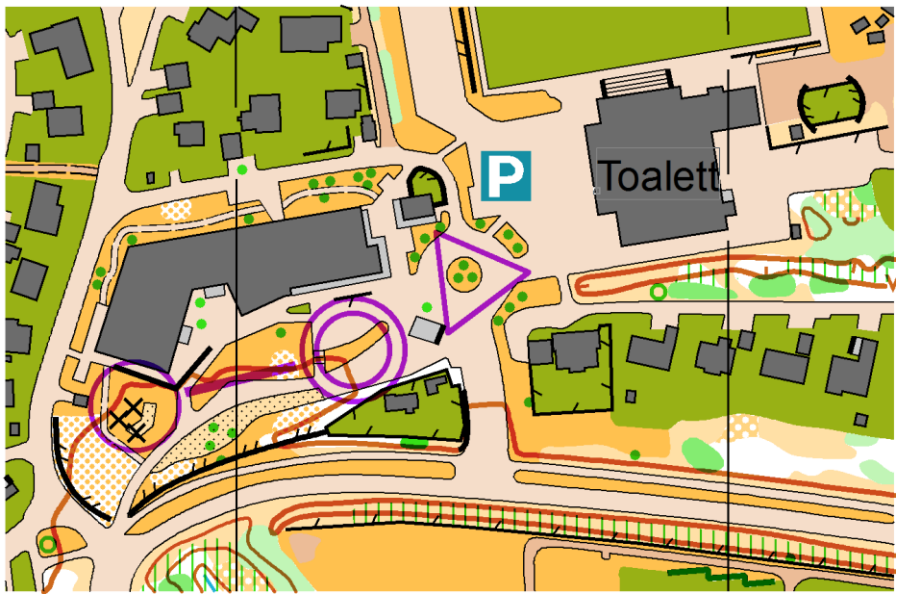
6-8.september 2019

Mo i Rana



KM-Sprint 6.september

Arenakart



Løyper og klasser

Løype	Klasser	Løypelengde	Stigning	Poster	Kart
1	H17	2740 m	20 m	10	1:5000 – A4
2	H15-16, D17, H45	2040 m	5 m	9	1:5000 – A4
3	D55, H65, D15-16, D45, H55, D65, D/H13-14, D/H75	1800 m	5 m	7	1:5000 –A4
4	D/H11-12	1330 m	0 m	6	1:5000 – A4
5	N-åpen, D-10, H-10	760 m	0 m	5	1:5000 – A4

Det kan bli mindre endringer i løypelengden!

Fordeling terreng:

Asfalt : ca 85 – 90 %

Annet : ca 10 – 15 %

Kart

Ytteren 1:5000 (A4)

Synfart og rentegnet av Yngve Skogstad 2018. Mindre revisjoner 2019

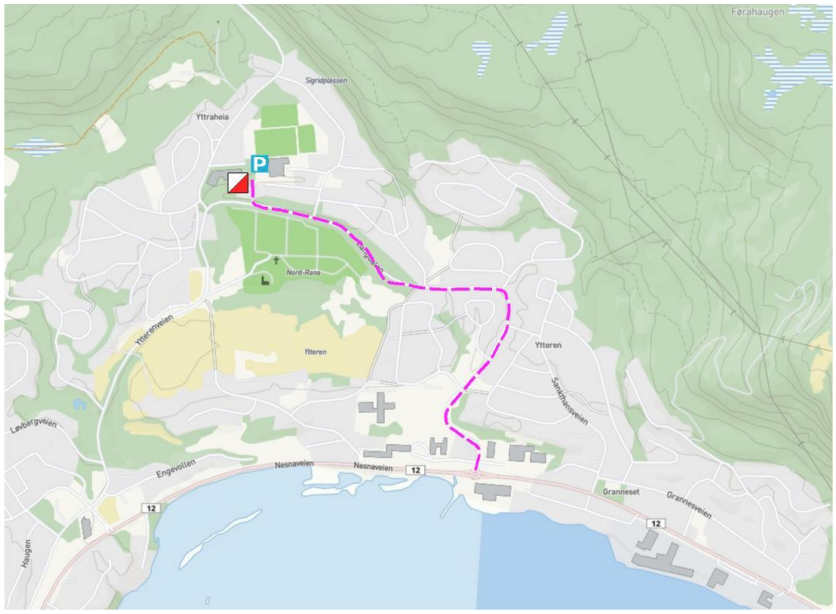
Kartet vil bli slått opp på arena!

Terrengbeskrivelse

Tettbebyggelse med mange gater og hus. En del mindre stier. Det er ganske flatt i området.

Merking til arena

Det blir merket fra rundkjøring ved riksvei 12 (ved bensinstasjon). Parkering ved arena!



Start

Start på samlingsplass!

Fra klokken 19:00! Men på grunn av kveldsmørket legger vi opp til mulighet for tidligere starter for de yngste.

Startprosedyre

3 minutter før start: Opprop, back-up lapp

2 minutter før start: Løs postbeskrivelse!

1 minutt før start: Klar

Forbudt område før løpet

Alt område utenfor skoleområdet er forbudt område for løperne. Se kart!



Annen informasjon

Løse postbeskrivelser: Ja.

Trafikk: Det er liten trafikk i området. Men ta hensyn.

Stier o g veier: Noen av stiene og veien kan være vanskelig å se/forstå umiddelbart i løpsfart. Det vil bli gjort en del merking som viser ve/sti-start der dette er tilfelle.



Kart i løype 4 og 5: Kartene i løype 4 og 5 deles ut ved arena. Vi ber om at løperne i andre løyper ikke bruker tid til å «sniktitte» på disse kartene!

KM-Langdistanse og KM-Stafett 7-8.september 2019

Kart

Langdistanse

Rundheia 1:10 000 (A3/A4)

Rundheia 1:7 500 (A3/A4)

Rundheia 1:5 000 (A4)

Stafett

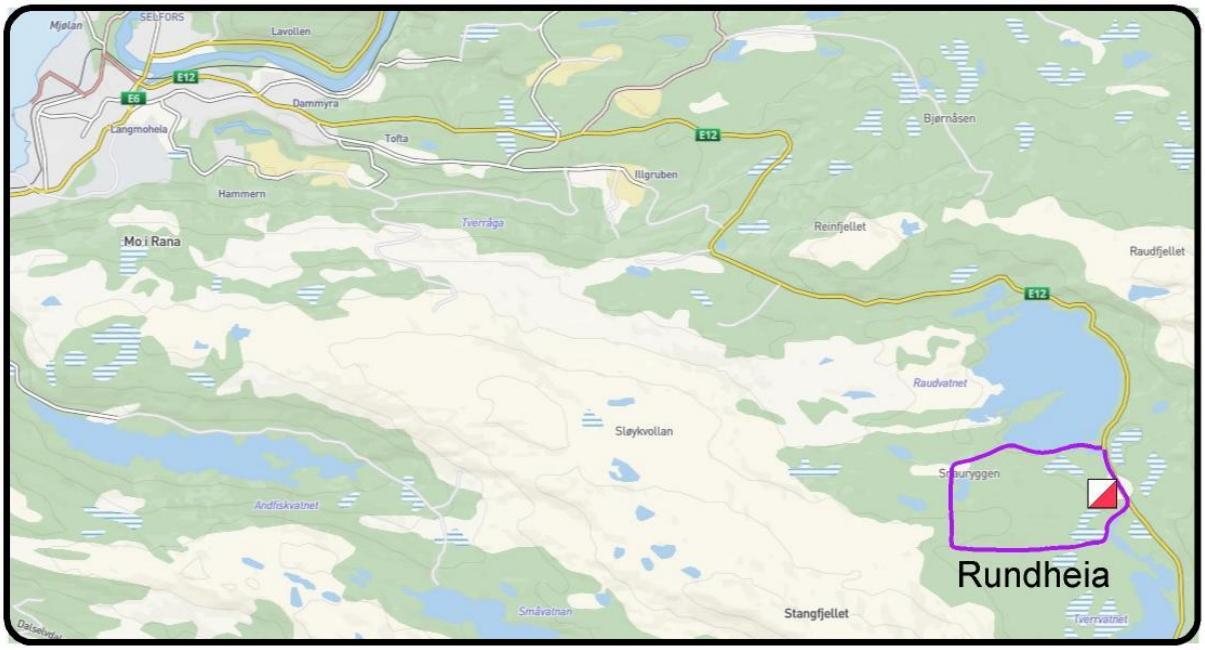
Rundheia 1:7 500 (A4)

Rundheia 1:5 000 (A4)

Synfart og rentegnet av Ole Morten Wie 2019

Merking til arena

Fra E12 ca 25 kilometer fra Mo i Rana! 200 meter å gå fra parkering.



Terrengbeskrivelse

Fjellterreng. Store myrer og mye halvåpent terreng. Men også mye tett bjørkeskog som har vokst opp i de siste årene.

Oppstart

Start lørdag fra klokken 14:00 og søndag fra klokken 10:30!

Start KM-Langdistanse

700 meter å gå fra arena (se kart)

Startprosedyre

3 minutter før start: opprop og back-up lapp

2 minutter før start: løse postbeskrivelser

1 minutt før start: til startlinje

Løype 6 har mulighet for fri start

STARTPOST ca 100 meter etter startpunktet!

Start KM-Stafett

1.etappe starter fra startpost (over brua) 200 meter å fra arena (se kart)

De andre etappene veksler og starter ved arena. 200 meter å løpe til startpost.

Annen informasjon

Parkering-Arena: 200 meter å gå!

Forbudte områder: Skogen!

Løse postbeskrivelser: Ja

Start: Starten foregår over en terskel i elva. Men det er stort sett tørt i elva her så det er greit å komme over.

Elvepasering: I utgangspunktet har vi lagt opp til at vi passerer ei bru i elva, men det er fullt mulig å passere elva andre steder der det er mulig.

Dyreliv: Det er en del rein i området. Ta hensyn!

Informasjon om kartet

Dette området ble benyttet under KM-orientering i 2010. Siden den gang har bjørkeskogen grodd godt og mye av terrengbildet har endret seg kraftig som man kan se på kartutsnittene under.



2010



2019

Dette har også ført til at det åpne området på kartet markerer seg kraftigere. Derfor litt informasjon om følgende symboler:

Åpent område med klare grenser.

Halvåpent område med noen trær og uklare grenser mellom skog og åpent.

Tettere skog, men løpbart gjennom området.

Tettere skog som ikke er løpbar (men mulig å komme seg gjennom i gangfart).

Løyper og klasser KM-Langdistanse 7.september

Løype	Klasser	Lengde	Stigning	Poster	Kart
1	H21	9780 m	335 m	20	1:10 000 – A3
2	D21, H17-20, H35	7540 m	265 m	17	1:10 000 – A3 1:7 500 – A3
3	D35, D17-20, H45	6020 m	230 m	14	1:10 000 – A3 1:7 500 – A3
4	H17AK, D45, H55, H15-16	4920 m	175 m	15	1:10 000 – A4 1:7 500 – A3
5	D17AK, D55, H65, D15-16	3850 m	130 m	12	1:10 000 – A4 1:7 500 – A3
6	D/H17B, D65, D/H13-14, D/H75	3010 m	70 m	12	1:7 500 – A4
7	D/H11-12,D/H13-16C, D/H 17C	2030 m	50 m	12	1:7 500 – A4
8	N-åpen, D-10, H-10	1110 m	15 m	7	1:5 000 – A4

Løyper og klasser KM-Stafett 8.september

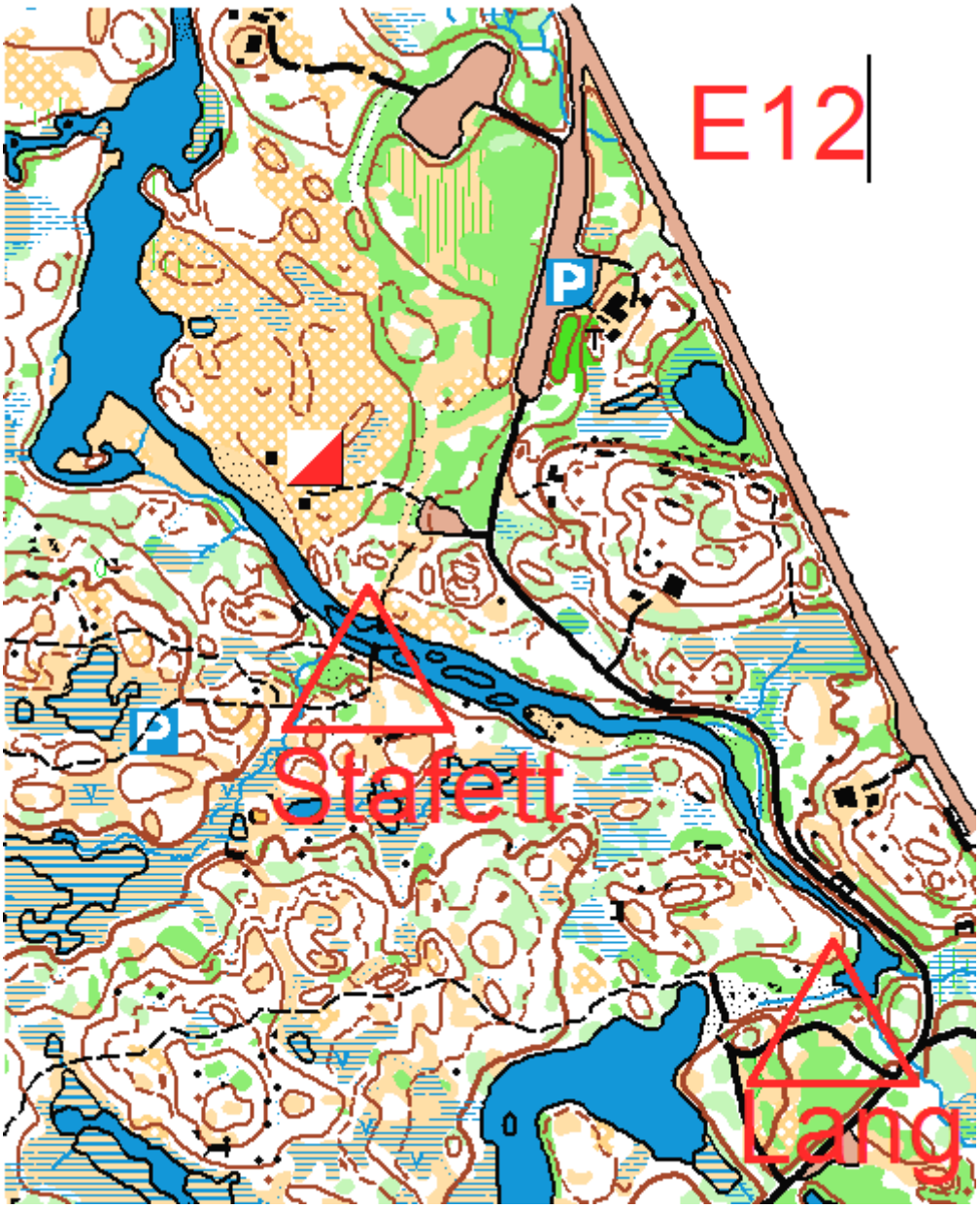
Etappe	Nivå	Lengde	Gafling	Poster	Kart
1	A/B	3000 m	Ja	13	1:7 500 – A4
2	B	2000 m	Nei	11	1:7 500 – A4
3	A	4000 m	Ja	16	1:7 500 – A4

Andre løyper 8.september

Løype	Nivå	Lengde		Poster	Kart
1	C	2050 m		11	1:7 500 – A4
2	N	570 m		5	1:5 000 – A4

Arena for

KM-Langdistanse og KM-Stafett



Finner dere søppel i området er det kanskje ikke så rart da dette er et av de mest brukte utfartsområdene vinterstid, men det er litt trist. Her er noen bilder som viser hva synfarer har samlet inn av søppel i to omganger i de siste årene. Sist i år. Så forhåpentligvis er det ikke så mye igjen.



