



PM



Felles informasjon for NM-løpene på Tjøme 13. og 14. september 2019. Det vil i tillegg være egne PM for hvert enkelt løp. Alle PM vil være tilgjengelig på løpets side og på Eventor. PM for mellomdistanse kvalifisering vil bli lagt ut torsdag 12. september og PM for mellomdistanse finale vil bli lagt ut fredag 13. september.

Program

Fredag 13. september Tjøme ungdomsskole

- Kl 13.00 Løpskontoret åpner
- Kl 14.46 Første start gjesteklasser
- Kl 15.20 Første start NM mellomdistanse kvalifisering
- Kl 16.40 Avgjørelse NM mellomdistanse kvalifisering
- Kl 19.00 Klubbledermøte på Hotel Klubben

Lørdag 14. september Tjøme ungdomsskole

- Kl 09.00 Løpskontoret åpner
- Kl 11.30 Første start NM B-finaler D21 / H21 og gjesteklasser D21 / H21
- Kl 11.45 Første start NM mellomdistanse juniorklasser
- Kl 13.10 Første start NM mellomdistanse seniorklasser
- Kl 14.00 – 15.00 Avgjørelse i juniorklassene
- Kl 15.00 – 15.30 Avgjørelse i D21 og H21
- Kl 16.00 Blomsterseremoni
- Kl 16.30 – 17.30 Publikumsløpet
- Kl 18.30 NM bankett (middag)
- Kl 20.00 Premieutdeling langdistanse og mellomdistanse



NONAME

Arena

Arena er Tjøme ungdomsskole fredag og lørdag. Det blir merket fra rv 308, rett etter Vrengen bro. Det er kun tillatt å kjøre rv 308 mot Tjøme sentrum.

Parkering

Parkering skjer på Lindhøy skole. Følg skilting fra Tjøme sentrum og sørover. Avstand fra parkering til arena er ca 2 km, merket med gule og svarte bånd. Veien fra parkering til arena går på gang- og sykkelvei gjennom Tjøme sentrum. Det er ingen parkeringsavgift fredag og lørdag.

Løpskontor

Løpskontoret vil være på arena både fredag og lørdag.

Terreng

Tradisjonelt småkupert kystterreng som deles opp av små jorder, grusveier og stier. Toppen av kollene preges av åpen furuskog med lyng og god løpbarhet. Mellom kollene er det partier med undervegetasjon, grønne områder og løpbarheten er dårligere enn oppå kollene.

Kart

Kart for mellomdistanse er utsnitt av «Tjøme», målestokk 1:10 000, ekvidistanse 5 m. Kartet er nytegnert for NM og utgitt i 2019, og følger ISOM 2017. Kartene er synfart og rentegnet av Helge Gisholt.

Klasser og løyper

Supplerende informasjon om løypene kommer i eget PM for hver løpsdag.

Kvalifisering

- D 21 E 2,6 – 2,8 km
- H 21 E 3,5 – 3,7 km
- D 21 Gjest 2,6 km
- H 21 Gjest 3,5 km

12 løpere fra hvert heat kvalifiseres til A-finale, lørdag 14. september. Øvrige løpere kvalifiseres til B-finale. Løpere i gjesteklasse kan delta i gjesteklasse i finalen.

Finale

- D 21 A-finale 4,5 km
- H 21 A-finale 5,6 km
- D 21 B-finale 3,5 km
- H 21 B-finale 4,4 km

- D 17-18 3,0 km
- D 19-20 3,1 km
- H 17-18 3,9 km
- H 19-20 4,0 km
- D 21 Gjest 3,5 km
- H 21 Gjest 4,4 km

Start

1,4 til 1,6 km til start langs gang- og sykkelvei.

Salg på arena

Det vil være salg av både mat og sportsutstyr på arena begge dager.

Premieutdeling

Det vil være blomsterseremoni på arena etter finalen på mellomdistanse på lørdag.

Bankett

Lørdag kveld kl 18.30 er det bankett på Quality Hotel Tønsberg. Deltakerne vil få servert middag og dessert. For de som kun ønsker å være med på premieutdelingen så starter den kl 20.00 og det er gratis inngang.

Media

Det er eget pressetelt på arena.

Speaker

NM-speaker vil være Jørn Sundby.

Deltakerposer

Det er ikke deltakerposer på kvalifisering mellomdistanse eller finalen på mellomdistanse. Startnummer ligger på forstart.

Vask

Våtklutmetoden gjelder.

Førstehjelp

Tjøme og Hvasser Røde kors vil være tilstede både fredag og lørdag.

Publikumsløp

Lørdag vil det være tilbud til publikum å løpe mellomdistanse, se egen PM.

Nøkkelpersonell

Hovedleder	Turid Ødegård (911 27 537)
Løpsleder	Terje Rasmussen (906 56 492)
TD	Jan Arild Johnsen

Pressekontakt

Stig Hjelseth (918 27 000)

Løypelegger kvalifisering

Anne Gyri Gløersen

Løypelegger finale

Tor Ivar Christiansen

Kontrollør kvalifisering

Runar Kittilsen

Kontrollør finale

Bjørnar Olsrød



noname

TRIMTEX



Glasshytta
i Vivestad

