



NM-Uka

10.-13. September 2020

INNBYDELSE

versjon 9, 5. sept. 2020

Malvik IL, Sp.kl. Freidig og Wing OK inviterer til NM-uka 2020 i Mostadmarka i Malvik kommune. Årets NM er et kompakt arrangement. Avstanden mellom de to arenaene er ca 5 km. Det tar ca 30 minutter å kjøre fra Stjørdal, mens kjøretid fra Trondheim er ca 40 minutter. Terrenget er relativt storkupert. Til å være i Trøndelag er store deler av løpsområdet teknisk krevende med mye detaljer. Løpbarheten er for det meste god, men nedsatt i enkelte områder.



Malvik IL



Sp.kl. Freidig



Wing OK

Program

	Lang	Mellom kvalik	Mellom finale	Stafett
	Torsdag 10/9	Fredag 11/9	Lørdag 12/9	Søndag 13/9
Løpskontor åpner	09:00	14:00	09:00	07:30
Første start	10:00	15:00	10:00	09:00
Siste start	15:00	16:20	15:30	12:00
Siste avgjørelse	16:30	17:00	16:10	14:30
Medaljeutdeling	16:45		16:30	
Premieutdeling	Se PM for detaljer			
Publ.løp første start			utgår	
Publ.løp siste start			utgår	
NOFs klubblemøte		18:00		
Bankett			utgår	

NB! Denne oversikten vil kunne være gjenstand for endringer.



Trøndelag fylkeskommune
Trööndelagen fylhkentjælte



TRONDHEIM
KOMMUNE



MALVIK
KOMMUNE

Klasser og løypelengder

Klasseinndeling og løyper vil være i hht. NOFs regler for NM. Klasser og løypelengder, individuelle konkurranser fremgår av følgende tabell.

	lang	mellom kvalik	mellom finale
H21	13,5 km	3,5–3,7 km	6,2 km
D21	8,4 km	2,7–3,0 km	4,7 km
H19–20	10,3 km		4,3 km
D19–20	6,2 km		3,4 km
H17–18	7,3 km		4,0 km
D17–18	5,1 km		3,2 km
H21B			4,5 km
D21B			4,0 km

For stafetten gjelder følgende:

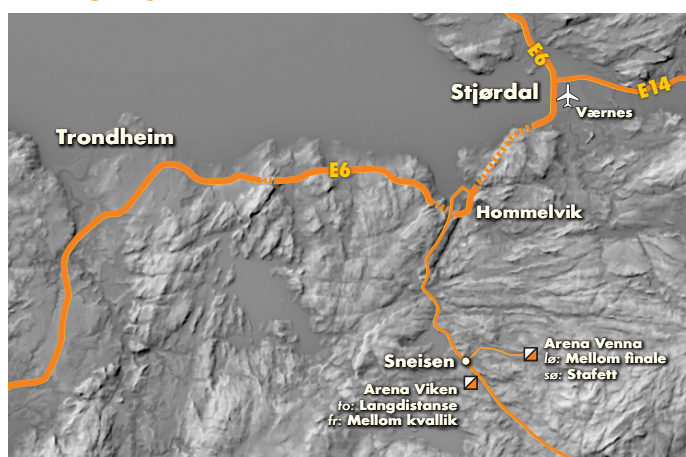
	ant. etapper	etappe-lengde
H17–	3	5–7 km
D17–	3	4–6 km

Arenaer

Arena på langdistanse (torsdag 10/9) og mellomdistanse kvalifisering (fredag 11/9) er Viken, ca 1 km sør for Sneisen i Mostadmarka, Malvik kommune.

Arena på mellomdistanse finale (lørdag 12/9) og stafett (søndag 13/9) er Venna, ca 5 km øst for Sneisen i Mostadmarka, Malvik kommune.

Ankomst



Det er skiltet til parkering på begge arenaer fra krysset på Sneisen i Mostadmarka, se kartutsnitt over.

Koordinater til krysset på Sneisen:
63°19'52"N 10°48'30"Ø

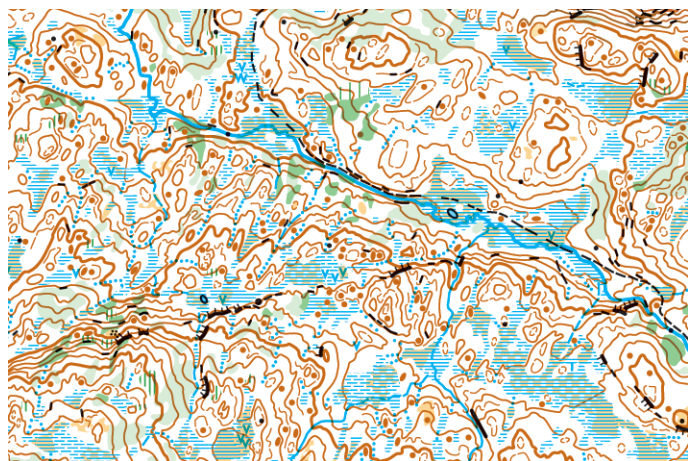
Parkering ved Viken er 500 m fra arena. Parkering ved Venna er 1000 m fra arena.

Terreng

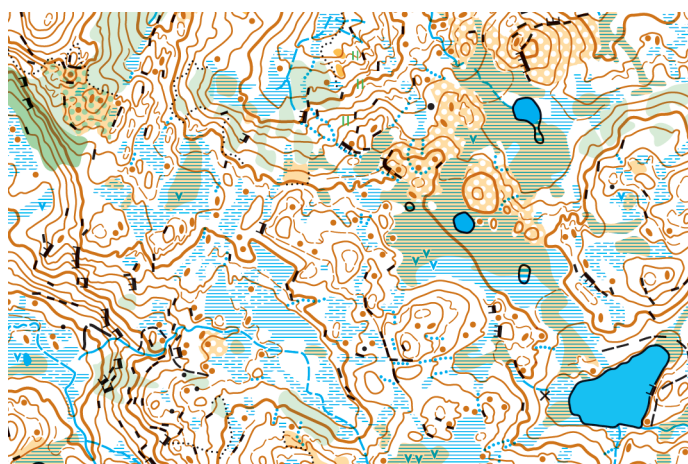
Fint, men krevende. Relativt storkupert. Skogen er stort sett grandominert planteskog med lite myr i lavere deler. Noe høyere opp er det blandingsskog av gran og furu i veksling med små og enkelte store myrer. Til å være i Trøndelag er store deler av terrengene teknisk krevende med mye detaljer. Det er få stier og veger, noe ungskog, men lite ny hogst. Hovedsakelig ren og fin skogsbunn med god løpbarhet.

Kart

Kart til *langdistanse* og *mellomdistanse kvalifisering* er utsnitt av «Mostadmarka sør», utgitt av Sp.kl. Freidig i 2020. Kartet ble første gang utgitt i 1990. Deler av det har vært revidert siden, sist i 2016. Synfaring og nytegning i 2019-2020 er utført av Tore Angell-Petersen og Bjørn Berger.



Kart til *mellomdistanse finale* og *stafett* er utsnitt av «Venna», utgitt av Malvik IL i 2020. Kartet ble første gang utgitt i 1973, og er ikke revidert siden. Synfaring og nytegning i 2019-2020 er utført av Roar Forbord og Agnar Renolen.



Målestokk på langdistanse er 1:15 000. Målestokk på øvrige distanser er 1:10 000.

Gamle kart er lagt ut på NMs hjemmeside:
nmuka2020.no.

Kartene til stafett printes hos eMap, mens øvrige kart offset-trykkes med CMYK+B+P.

Sperret område

Det er utøvers ansvar å holde seg oppdatert om aktuell sperring, endring av sperrede områder og å respektere dette. Brudd på sperrereglene vil medføre diskvalifikasjon eller startnekt. Oppdatert informasjon vil til enhver tid være tilgjengelig på utøver-sidene hos orientering.no.

Løpskontor

På arena. Åpningstid er angitt i tabell med foreløpig program.

Påmelding

Fri påmelding i alle klasser i hht. NOFs konkurranseregler.

Påmelding i Eventor. Ved påmelding angis Emit brikkenummer og emiTag-nummer. Emit-brikker med display kan ikke benyttes. Endring av brikkenummer eller emiTag-nummer etter utløpt påmeldingsfrist faktureres med kr 50.

Løpere som ikke melder seg på med egne brikker tildeles leiebrikker. Brikkeleie for Emit-brikke og emiTag er kr 50 pr løp.

Av smittevern hensyn skal alle ledere/trenere melde seg på i Eventor i egen "leder"-klasser. Maks 3 ledere per klubb hver dag,

Påmeldingsfrister

Løp	Ordinær påmeldingsfrist	Frist etteranmelding
Lang	31. aug. kl 23:59	8. sept. kl 17:00
Mellom kvalik	31. aug. kl 23:59	9. sept. kl 17:00
Mellom finale	31. aug. kl 23:59	10. sept. kl 17:00
Stafett	31. aug. kl 23:59	11. sept. kl 17:00

Frist for å melde inn lagoppstilling på stafetten på Eventor er 12. september kl 20:00

Startkontingent

Langdistanse, alle klasser: Kr 625
Mellomdistanse, junior: Kr 625
Mellomdistanse, senior: Kr 700
Stafett, pr lag: Kr 1600
Reisefordeling: Kr 100
Etteranmelding: 50% tillegg

Leie av Emit-brikke og emiTag Kr 50 pr løp

Endring av brikkenummer: Kr 50
(gjelder etter utløpt påmeldingsfrist)

Startkontingent refunderes ikke ved forfall etter ordinær påmeldingsfrist 31. august.

Fakturering

Lagene faktureres i etterkant.

Stemplings- og tidtagersystem

Emit-brikke benyttes som stemplingskontroll. Tidtagning med emiTag.

GPS

De sist startende løperne i utvalgte klasser vil bære GPS. De som blir tildelt GPS er pliktig til å bære den under løpet.

Løpsantrekk

I hht. NOFs reglement. Piggsko er tillatt.

Premieutdeling

Premiering til beste 1/3 i hht. NOFs regler samt NM-medalje til de tre beste i hver klasse.

Siden NM-banketten er avlyst vil premieutdeling for lang og mellomdistanse finne sted på arena etter at hver av disse distansene er avgjort.

For stafetten vil premieutdelingen som vanlig finne sted på arena etter målgang.

Årets kongepokaler deles ut til vinnerne i D21 og H21 på mellomdistansen.

Bankett

Grunnet koronarestriksjonene blir det ikke arrangert bankett.

Fasiliteter på arena

Løpskontor

Kiosksalg av mat og drikke.

Salg av diverse utstyr: 4 All Sport, Offtrack

Fasiliteter for media (telt eller bygning)

Toalett nær arena

Treningsmuligheter

Se NMs hjemmeside for mer informasjon:

nmuka2020.no. Løyper på Jervskogen og Tulluan ligger ute på usynligo.no. Betaling til klubbene ihht. påskrift på kartet.

Publikumsløp

Utgår

Overnatting

Se NMs hjemmeside for mer informasjon:
nmuka2020.no

Avlysning

Ved evt. avlysning forholder arrangøren seg til NOFs reglement.

Informasjonskanaler

Hjemmeside: nmuka2020.no
Facebookportal: NM-uka i orientering 2020

Treningskart og -løyper

Treningsløyper er lagt ut på usynlig.no. Observer betalingsinformasjon på kartene (VIPPS)

Løypeleggere og kontrollører

Løp	Løypelegger	Kontrollør
Lang	Stig Magnar Løvås	Mattis Myhre
Mellom kvalik	Jørgen Tegdan	Jakob Haugen
Mellom finale	Svein Erik Bratsberg	Per Einar Pedersli
Stafett	Nicolas Morgan	Bjørn P. Løvås

Smittevern

Løpere må sette seg inn i NOF smittevernveileder før ankomst. **Løpere bes ankomme arena tidligst 60 min. før egen start og forlate arena senest 30 min etter målgang, evt. så snart som mulig etter medaljeseremoni.**

Detaljert tidsplan vil bli publisert i god tid slik at klubbene kan planlegge transport.

Hver klubb kan ha inntil tre ledere/trenere på arena hver dag. Disse må melde seg på i Eventor.

Løpsledelse

Hovedkomité: Arild Holm Clausen, Sp.kl. Freidig
Morten Strand, Wing OK
Lars Erik Strømsnes, Malvik IL
Stig Berge, Sp.kl. Freidig
Agnar Renolen, Wing OK
Tone Østgaard, Malvik IL

Smittevern: Anders Waage, Sp.kl. Freidig

Tidtaging: Pål Kittilsen, Sp.kl. Freidig

Tekn. delegert: Jan Arild Johnsen, NOF

Se Eventor for kontaktinformasjon.

Vi ønsker velkommen til NM-uka 2020 i Mostadmarka!

