



PM



NORDIC CHOICE HOTELS™

PreO-helg på Hedmarken

Søndag 11. oktober 2020

Ringsaker OK ønsker velkommen til pre-o-konkurranse i Moelv søndag 11. oktober. Konkurransen inngår i Nordic Choice pre-o cupen og er en av uttakskonkurransene til ETOC 2021.

- Arena** Moelv barneskole. Merket fra rundkjøringen (fylkesvei 216) før jernbaneundergangen når man kommer fra E6. Parkering – arena: ca. 200 meter. **NB!** Utendørs arena.
- Kart og terreng** Moelv sprint – ISSOM 2007. PreO-revidert 2020. Målestokk 1:3000, ekvidistanse 2,5 meter.
- Tradisjonelt skogsterreng med stort sett god sikt. Middels kupering. Overgangen mellom åpent, halvåpent og skog kan være litt diffus og utflytende. Frittstående markante trær er tegnet inn.
- Spesialtegn:
Grønt kryss – frittstående "stubbe" med en høyde over 3 meter.
Svart kryss – lekehytte
- Løyper** Løypene følger hovedsakelig gruset tursti med svak kupering. Elite-løypa har en del som følger en større sti med noe kupering og røtter. Grunnet noe dårligere fremkommelighet på denne delen av løypa gis personer i rullestol 10 min ekstra makstid. Avsperrede stier/veier er markert med fiolett strek på kartet og merkebånd i terrenget.
- Vi oppfordrer alle til å vise hensyn og holde avstand til hverandre og unngå trengsel rundt postene. For å bidra til dette er det satt 3 minutter startintervall, pluss at det gis 10 minutter ekstra tid på maksimaltiden i forhold til reglene for beregning av maksimaltid.
- Elite-løype: 24 poster, 0.7 km – maksimaltid 103 minutter.
A/B-løype: 14 poster, 0.5 km – maksimaltid 81 minutter.
Falske poster kan forekomme i Elite-løypa. A/B-løypa har ikke falske poster.
- Skjerplassering** Der det fra siktepinnen kan sees skjermmer som tilhører andre poster/oppgaver, er det forsøkt merket med bånd for å markere hvilke skjermmer som gjelder for oppgaven. Dersom man skulle se flere skjermmer "i det fjerne", benytt sunn fornuft for å avgjøre hvilke skjermmer som gjelder for oppgaven.
- Start** Første start er kl. 11.00. Tidsposter før start i begge klasser. Avstand arena – tidspost 300 meter. Starttidene gjelder opprop tidspost. Disse følges (ikke kø start) for å redusere faren for trengsel i løypa. Husk 1-meters regelen gjennom hele løypa og i tidspost køen. Kort avstand fra tidspost til løypestart.
- Målgang** Fra mål returnerer deltakerne tilbake til arena via løypa. Hvis hensyn til andre deltakere. Totalt avstand ca. 800 meter.

Tidspost	<p>Elite-klassen har 2 tidsposter, mens A/B-klassen har 1 tidspost. Alle klasser har 6 skjerm (A-F), tempo-metoden benyttes. Ingen falske poster. Tid og svar registreres via ANT.</p> <p>Elite-klassen har 3 oppgaver, makstid 180 sekunder, tillegg 60 sek. per feil. A/B-klasse har 2 oppgaver, makstid 120 sekunder, tillegg 60 sek. per feil.</p>
Tid- og kvitteringssystem	<p>Manuell tidtaking. Alle svar avgis på stemplingskort som leveres i sekretariatet med det samme man returnerer tilbake til arena etter fullført løype.</p> <p>Alle klasser får utdelt startkort på start. Egen klippetang benyttes. Arrangøren har noen klippetenger til utlån for de som trenger det.</p>
Resultater	<p>Publiseres fortløpende på https://preoresultat.se/, og komplett resultatliste slås opp på arena.</p>
Smittevern	<p>Konkurransen vil bli avholdt i henhold til NOFs Veiledning for arrangement ift. Koronapandemien. Alle deltakere pålegges å gjøre seg kjent med veiledningen før start og forholde seg til myndighetenes generelle anbefalinger. NB! Personer som har symptomer på luftveisinfeksjon, skal ikke delta (heller ikke ved milde symptomer). Dette gjelder også personer som er i karantene eller isolasjon. Personer i risikogruppe anbefales på generelt grunnlag å ikke delta i arrangementer.</p> <p>Av spesielle korona tiltak under arrangementet nevnes følgende:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alle spriter hender før og mellom tidspost(ene) og etter målgang. • Tidspost kartene sprites mellom hver deltaker. • Kartene samles inn ved målgang (jf. NOFs smittevernveileder) • Startlister og PM henges ikke opp på arena, men vil være tilgjengelig online (jf. NOFs smittevernveileder) • Nye kart og løsningskart deles ut til den enkelte utøver i forbindelse med avreise – ta kontakt med sekretariatet! • Husk å holde 1-meters avstand gjennom hele arrangementet.
Kiosk salg	<p>Ingen kiosk i år! Deltakerne tar med egen mat og drikke.</p>
Toalett	<p>Tilgjengelig i idrettshallen. For tilgang til HC-toalett, kontakt arrangøren.</p>
Premiering	<p>Premiering i alle klasser i hht NOF's regler.</p>
Løpsleder	<p>Øyvind Meland Edvardsen, tlf. 995 11 266</p>
Løypelegger	<p>Geir Myhr Øien, tlf. 997 24 994</p>
Teknisk delegert	<p>Jon Anders Bordal, Ringsaker OK</p>
Smittevernansvarlig	<p>Øyvind Meland Edvardsen</p>
Jury	<p>Marianne Dæhli, Svein Jakobsen og Widar Taxth Løland</p>