

Innbydelse NM-uka 2022

8.-11. september

Tyrving IL Orientering og Asker Skiklubb inviterer til NM-Uka 2022. Løpene vil bli arrangert fra Løvlia på Krokskogen og fra Solli i Vestmarka. Løpsterrengene har ulike karakterer, og evnen til å beherske forskjellige terrengetyper vil være en nødvendig suksessfaktor. Arrangementet er en del av Tyrving's 100-års jubileum.

Krokskogen kjennetegnes av åpne myrer og lettløpte furuhøyder hvor gode gjennomføringer og riktige trasévalg vil være avgjørende for et godt resultat. Vestmarka byr på real og krevende skogsorientering med både fysiske og orienteringstekniske utfordringer.

Program

Dag / dato	Distanse	Arena	Første start
Torsdag 8. september	NM langdistanse	Løvlia / Damtjern	Kl. 10.00
Fredag 9. september	Mellomdistanse kvalifisering	Løvlia	Kl. 13.00
Lørdag 10. september	NM mellomdistanse	Solli	Kl. 09.30
Søndag 11. september	NM stafett	Solli	Kl. 10.00



**NORSK
ORIENTERING**

ŠKODA

Elkem

VIKEN
FYLKESKOMMUNE

Norconsult 

BDO

noname



Klasser og Løypelengder

Klasseinndeling og løyper vil være i hht. NOFs regler for NM. Klasser og vinnertider vil være:

Klasse	Lang (min)	Mellom Kval. (min)	Mellom finale (min)
H21	90	20-22	30-35
D21	70	20-22	30-35
H19-20	70		25
D19-20	55		25
H17-18	55		25
D17-18	50		25
H21 (B)			30
D21 (B)			30

Klasse	Etapper	Vinnertid (min)
H17	3	120-130
D17	3	100-110

Arena

Arena for Langdistanse og Mellomdistanse kvalifisering er ved skistua Løvli på Krokskogen, mens arena for Mellomdistanse finale og stafett er på Solli skiskytteranlegg i Vestmarka. Arena vil ha løpskontor, matsalg, utstyrssalg, toalett og mulighet for oppsett av løpstelt.

Parkering

Parkering langs bomveg, 0,5-2,0 km å gå til arena Løvli. Det vil være et tak på antall biler langs veien. Parkering vil også gjøres i Stubdal med skyttelbusstransport. Koordinater Stubdal: 60.124158988, 10.4021163.

Solli ligger 8 km fra Asker sentrum. Parkering vil være på den ordinære utfartsparkeringen. Denne har ikke tilstrekkelig kapasitet, og det vil bli opprettet en innfartsparkering på Bergsmarka med skyttelbusser til Solli. Koordinater Solli: 59.84605, 10.34174.

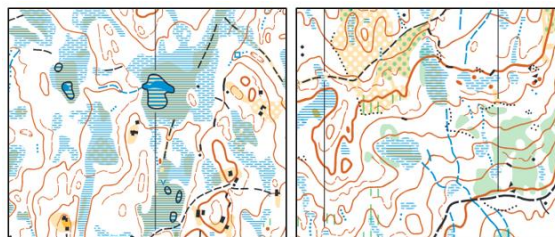
Parkeringsavgift kr 50 per dag med betaling via Vipps til #755129

Arrangøren oppfordrer alle til samkjøring på grunn av krevende parkeringsforhold.

Løpsterreng

Krokskogen/Løvli

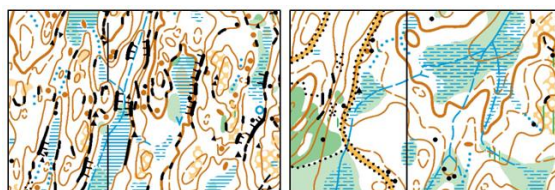
Realt skogsterreng av granskog i varierende alder. Terrenget ligger 500 moh. og har derfor mindre ujevnheter i skogbunnen enn lavereliggende terreng i nærheten. Dette gir god løpbarhet. Varierende detaljrikdom fra middels detaljtetthet til mer diffuse områder. Varierende sikt gjør terrenget krevende og kan begrense løpshastigheten også i lettløpte områder. Det er moderat kupering i løpsområdet og innslag av hogst og myr.



Solli/ Vestmarka

Mellomdistanse finale: Middels kupert til kupert terreng. Vegetasjonen består av gammel gran- og furuskog. Få hogstfelt og noen områder med tett vegetasjon. En del stier og løypetraseer. Generelt god løpbarhet.

Stafett: Middels kupert terreng. Vegetasjonen består av gammel gran- og furuskog. Det er relativt åpent på de høyereliggende partiene. Noen større hogstfelt av eldre årgang. Noen områder med tett vegetasjon og innslag av løvskog. Generelt god løpbarhet.



Kart

Kart for langdistanse og mellomdistanse kvalifisering vil være Damtjern/Løvli, tegnet av Kristen Treekrem og utgitt i 2022.



Mellomdistanse finale og stafett arrangeres på kartene Vestlia og Bømarka, resynfart og oppdatert av Per Fosser og Trond Rønneberg i 2022.

Målestokk på langdistanse vil være 1:15 000, mens resterende løp vil ha målestokk 1:10 000.

Gamle kart er tilgjengelige på NMs [hjemmeside](#).

Sperret område

Det er utøvers ansvar å holde seg oppdatert om aktuell sperring, endring av sperrede områder og respektere dette. Brudd på sperrereglene vil medføre diskvalifikasjon eller startnekt. For oppdatert informasjon om dette til enhver tid, vises til utøversidene på www.orientering.no.

Link til sperret område:

<https://www.onm2022.no/terreng>

Løpskontor

På arena. Åpner en time før start.

Påmelding

Fri påmelding i alle klasser i hht. NOFs konkurranseregler. Påmelding i Eventor. Ved påmelding angis Emit-nummer og emiTag-nummer. Løpere som ikke melder seg på med brikker tildeles leiebrikker.

Påmeldingsfrister

Distanse	Ordinær frist	Etteranmelding
Lang	28. aug kl. 23:59	6. sept. Kl. 17:00
Mellom		7. sept. Kl. 17:00
Stafett		9. sept. Kl. 17:00

Frist for å melde inn lagoppstilling på stafetten i Eventor er 10. september kl. 20:00.

Startkontingent

Langdistanse, alle klasser:	Kr 640
Mellomdistanse, junior:	Kr 640
Mellomdistanse, senior:	Kr 720
Stafett, pr lag:	Kr 1650
Etteranmelding:	50% tillegg

Leie av Emit-brikke/emiTag: Kr 50 pr løp
Reisefordeling (tillegg): Kr 100 pr løper

Startkontingent refunderes ikke ved forfall etter ordinær påmeldingsfrist 28. august. Startkontingent faktureres klubbene i etterkant.

Stemplings- og tidtakingsystem

Emit-brikke benyttes som stemplingskontroll. Tidtaking 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

Premiering

Premiering til beste 1/3 i hht. NOFs regler samt NM-medalje til de tre beste i hver klasse. Pengepremier til alle medaljevinnere på individuelle løp. Senior D/H 5000-3000-2000. Junior D/H 3000-2000-1000. Premieutdeling vil foregå i etterkant av løpene alle dager.

Løpermåltid

Etter langdistansen på torsdag blir det servert løpermat fra Løvli skistue og etter mellomdistanse finale på lørdag blir det løpermat fra Los Tacos foodtruck.

Kjøp av løpermåltid gjøres sammen med påmelding til løpene i Eventor.

Treningsmuligheter

Trening i relevant terreng tilbys fra våren og frem mot arrangementet. Se NMs hjemmeside for mer informasjon.

Publikumsløp

Etter mellomdistanse finale vil det være publikumsløp i finaleløpene. Informasjon og påmelding i [Eventor](#).



Overnatting

Overnatting kan gjøres på NM-hotellet Scandic Asker. Benytt koden BASK080922 ved bestilling.

Overnatting kan også gjøres på Løvli fra torsdag-fredag for et begrenset antall løpere. Ta kontakt med lovli@skiforeningen.no for bestilling. Det oppfordres til klubbvis bestilling.

Informasjon

Eventor: <https://eventor.orientering.no>

Hjemmeside: <https://www.onm2022.no>

Instagram: [nmorientering.2022](https://www.instagram.com/nmorientering.2022)

Løpsledelse

Hovedkomité: Svein Jacobsen
Gunnar Fiskum
Haakon Dolven
Håkon Løvli

Løpsledelse: Gunnar Fiskum
Øyvind Linnebo

Løypeleggere

Langdistanse: Jim Øystein Nybråten
Torbjørn Sagberg

Mellomdistanse kval: Jim Øystein Nybråten
Torbjørn Sagberg

Mellomdistanse finale: Pål Skogedal
Jostein Tellnes

Stafett: Marit Isachsen
Per Wirehn

Teknisk delegert

Hoved TD: Jan Arild Johnsen

Langdistanse: Morten Dåsnes
Kari Strande

Mellomdistanse kval: Morten Dåsnes
Kari Strande

Mellomdistanse finale: Kjersti Hov

Stafett: Nils Eddie Hæstad



Norconsult 

 **Elkem**

 **ŠKODA**

 **VIKEN**
FYLKESKOMMUNE

 **BDO**

noname

 **NORSK
ORIENTERING**

