



Elverum OK, Løten o-lag, IL Koll og Fet o-lag  
ønsker velkommen til NM skiorientering.

Skramstadsetra, Rena, 21-22 januar 2023

*noname*

**SKODA**



**Eidsiva  
Energi**



**Innlandet**  
fylkeskommune



**Glommen  
Mjøsen  
Skog**



Elverum O-klubb





Arrangørklubbene Løten o-lag, Elverum OK, IL Koll og Fet o-lag ønsker hjertelig velkommen til at Norgeseliten senior og junior, samt alle andre skiorienterere skal få prøve seg i et helt nytt terreng med arena fra Skramstadsætra. Skramstadsætra er velkjent fra Birkebeinerrennet som første matstasjon, og mens Birkebeinerne tidligere har passert Skramstadsætra så raskt som mulig blir det nå anledning til å gjøre seg mer kjent i området rundt.

### Program

Lørdag 21. januar – Start fra kl. 11.00

- NM langdistanse for D/H 21 (senior)
- NM langdistanse for D/H 17-20 (junior)
- Langdistanse for øvrige klasser

Søndag 22. januar – Start fra kl. 10.00

- NM mellomdistanse for D/H 17 (senior og junior samlet)
- Mellomdistanse for øvrige klasser

### Arena og parkering

Arena begge dager er Skramstadseter Fjellstue på Rena, Åmot kommune.

Det er merket fra RV3 avkjøring til Rena. Fylkesvei 601 og 602 skal følges ca. 11km.

Det er bomavgift (kr. 60,-) som benytter automatisk skiltgjenkjenning uten bruk av fysisk bom.

Bomavgiften betales i etterkant innen 48 timer fra [www.YouPark.no](http://www.YouPark.no)

### Kart og terreng

Kartet Skramstadsætra er helt nytt kart fra 2022 med målestokk 1:10000 og 5 meter ekvidistanse. Kartarbeider er utført av Even og Tore Lindaas og er tegnet etter ski-o normen.

Terrenget har aldri tidligere blitt benyttet til skiorientering. Løpsområdet er middels kupert, men med noe brattere terreng mot Dølfjellet. Terrenget som benyttes ligger på høyde fra 650 moh. til opp mot 800 moh., og består av glissen furuskog, åpne myrer og enkelte områder med litt tettere granskog.

Løypenettet består av en del brede maskinpreparerte skiløyper og en stor andel scooterløyper, samt at det i hytteområdene er noen veier som det er mulig å gå på ski på, men som ikke kan garanteres fri for grus.

## Klasser og løyper

Lørdag 21.januar

NM langdistanse:

Klasse	Stipulert vinnertid	Løypelengde	Startintervall
D21 NM	60 min.	14 km	2 min.
H21 NM	80 min.	18 km	2 min.
D17-20 NM	50 min.	11 km	2 min.
H17-20 NM	60 min.	14 km	2 min.

Øvrige klasser:

Klasse	Løypelengde	Klasse	Løypelengde
N-åpen	2,5 km		
D11-12	3 km	H11-12	3 km
D13-14	4 km	H13-14	4 km
D15-16	6 km	H15-16	9 km
D40-	9 km	H40-	11 km
D50-	9 km	H50-	9 km
D60	6 km	H60	6 km
D70	6km	H70	6 km
AK-åpen	6 km	AL-åpen	9 km

Søndag 22.januar

NM mellomdistanse:

Klasse	Stipulert vinnertid	Løypelengde	Startintervall
D17 NM	35 min.	6 km	2 min.
H17 NM	35 min.	8 km	2 min.

Øvrige klasser:

Klasse	Løypelengde	Klasse	Løypelengde
N-åpen	1,5 km		
D11-12	2,5 km	H11-12	2,5 km
D13-14	3 km	H13-14	3 km
D15-16	4 km	H15-16	5 km
D17-20	5 km	H17-20	6 km
D40-	5 km	H40-	6 km
D50-	4 km	H50-	5 km
D60	3 km	H60	4 km
D70	2,5 km	H70	3 km
AK-åpen	5 km	AL-åpen	8 km

Vi tar forbehold om endringer av lengder og sammenslåing av klasser.

## Startkontingent

NM-klasser: kr. 450,- (I tillegg kreves inn kr. 40,- i reisefordeling iht. NOFs Konkurranseregler 26.3.3)

Øvrige klasser over 17 år : kr 300,-

Øvrige klasser opp til og med 16 år: kr. 200,-

Åpne klasser: kr. 200,-

Etteranmelding 50 % tillegg.

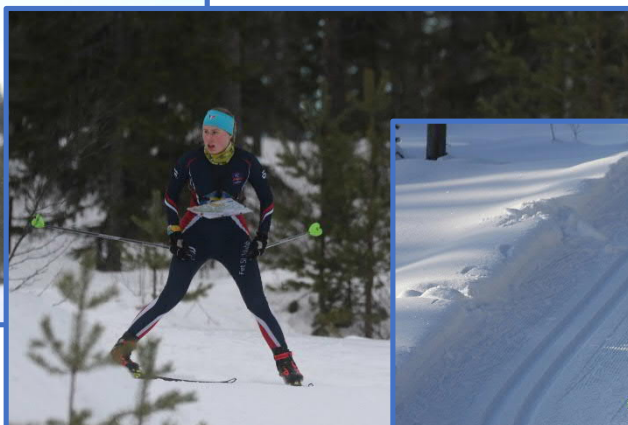
Startkontingenten faktureres etterskuddsvis.

## Utstysleie

EmitTag-brikke kr 50. Vi har et begrenset antall kartstativ for utlån, kr 50.

Dette bestilles som tilleggstjeneste i Eventor.

Tapt/ødelagt utstyr vil bli fakturert med hhv. kr. 600 og kr. 500,- (EmitTag/kartstativ)



### Påmelding

Påmelding skjer i Eventor.

Ordinær påmeldingsfrist er søndag 15. januar kl. 23.59.

Etteranmeldingsfrist i Eventor innen torsdag 19. januar kl. 23.59

Etter dette kan etteranmelding foretas ved e-post til løpsledelsen eller på løpskontoret inntil én time før start så lenge det er kart tilgjengelig.

### Løpskontor

Det vil være løpskontor på arena ved Skramstadseter Fjellstue alle dager. Her får det bli utlevering av startnummer, kartstativ, og EmiTag for de som skal leie dette.

### Kiosk/kafe

Det vil være servering av kioskvarer, bakevarer, kaffe og brus inne på Skramstadseter Fjellstue begge dager. Fjellstua stenger for servering kl.15. Serveringen skjer i regi av Gobiten, Rena.

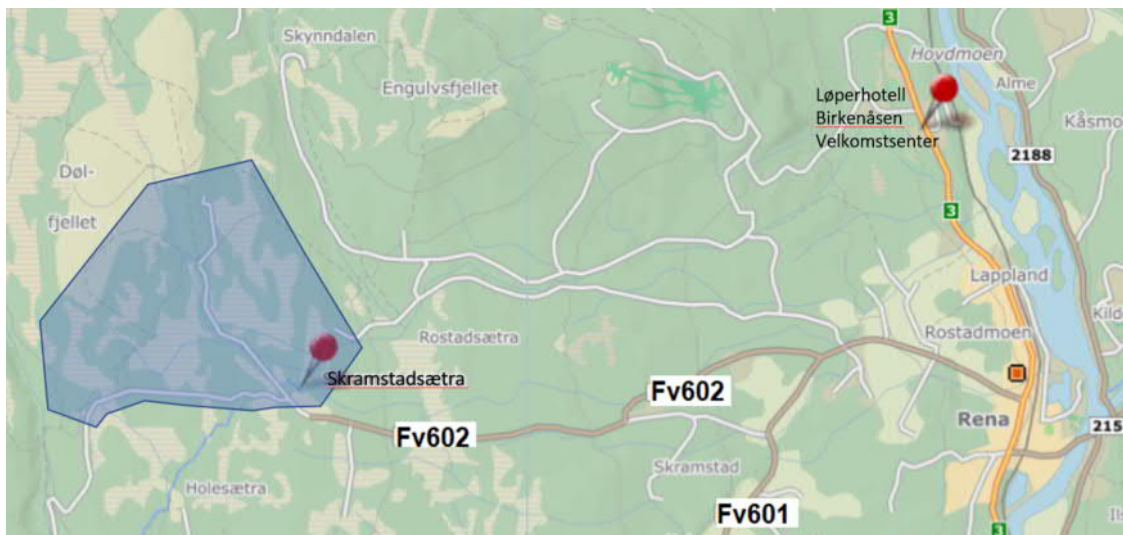
### Garderobe/WC

Det vil være mulig å kunne skifte inne på Pionerhytta tilhørende Norsk Folkehjelp.

Det er merket fra Arena.

Her er det også toalettfasiliteter. Det er ingen dusjmuligheter, så dette må gjøres i etterkant på løperhotellet Birkenåsen Velkomstsenter.

### Kartoversikt



### Kuldegrense og avlysning

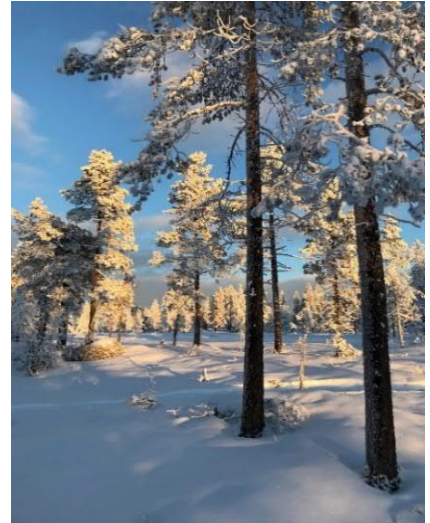
Ved temperaturer under  $-15^{\circ}\text{C}$  vil arrangøren vurdere om det er forsvarlig å gjennomføre arrangementet, og eventuelt påby ekstra påkledning. Ved temperatur under  $-20^{\circ}\text{C}$  i store deler av terrenget vil starten bli utsatt eller konkurransen avlyst. Ved manglende snømengde i området en uke før løpet kan hele NM bli avlyst. Ved avlysning av løp pga. uforutsette værforhold løpsdagene forbeholder arrangøren seg rett til å beholde hele startkontingenten.

### Reglement

Norges Orienteringsforbunds konkurranseregler for skiorientering. Premiering i henhold til NOF's reglement.

### Sanitet

Norsk Folkehjelp, Rena står for sanitetstjeneste.



### Overnatting

Løperhotell for NM-helgen er Birkenåsen Velkomstsenter, tidligere Østerdalen hotell. Birkenåsen Velkomstsenter ligger 4 km nord for Rena sentrum. Hotellet har ca. 170 sengeplasser. I tillegg til overnatting har hotellet storkjøkken og spisestue/saler med plass til ca 200 personer.

Det tilbys overnatting til kr. 1490,- for dobbeltrom. Det finnes muligheter for å få inn flere sengeplasser på rommene til avtalt pris. Overnatting er inklusive frokost og lunch-matpakke kan kjøpes separat.

Det kan forhåndsbestilles middagsbuffet for fredag/lørdag på hotellet for alle løpere (også for de som ordner egen overnatting) mellom kl. 17-19 til en pris på kr. 280,- pr. person.

Det er også om lag 20 sengeplasser på Skramstadseter Fjellstue til samme pris. Beboere på Fjellstua kan organisere egen middagsmatlaging, men middag/catering kan også forhåndsbestilles.

Overnatting og middagsbestilling foretas ved henvendelse til Marianne Haglund: tlf. 957 50 322 eller e-post [marianne@haglund-eiendom.no](mailto:marianne@haglund-eiendom.no)

### Løpsorganisasjon

Løpsleder: Øyvind Helmersen – [oyvind.helmersen@hitachienergy.com](mailto:oyvind.helmersen@hitachienergy.com) - Telefon:906 83 696

Løypelegger: Even Lindaas – [even.lindaas123@gmail.com](mailto:even.lindaas123@gmail.com)

Løpskontrollør: Jan Arild Johnsen – [jan.arild.johnsen@orientering.no](mailto:jan.arild.johnsen@orientering.no)

**NONAME**

**SKODA**



**Eidsiva  
Energi**



**Innlandet  
fylkeskommune**



**Glommen  
Mjøsen  
Skog**



Velkommen til ski-o NM 2023

