

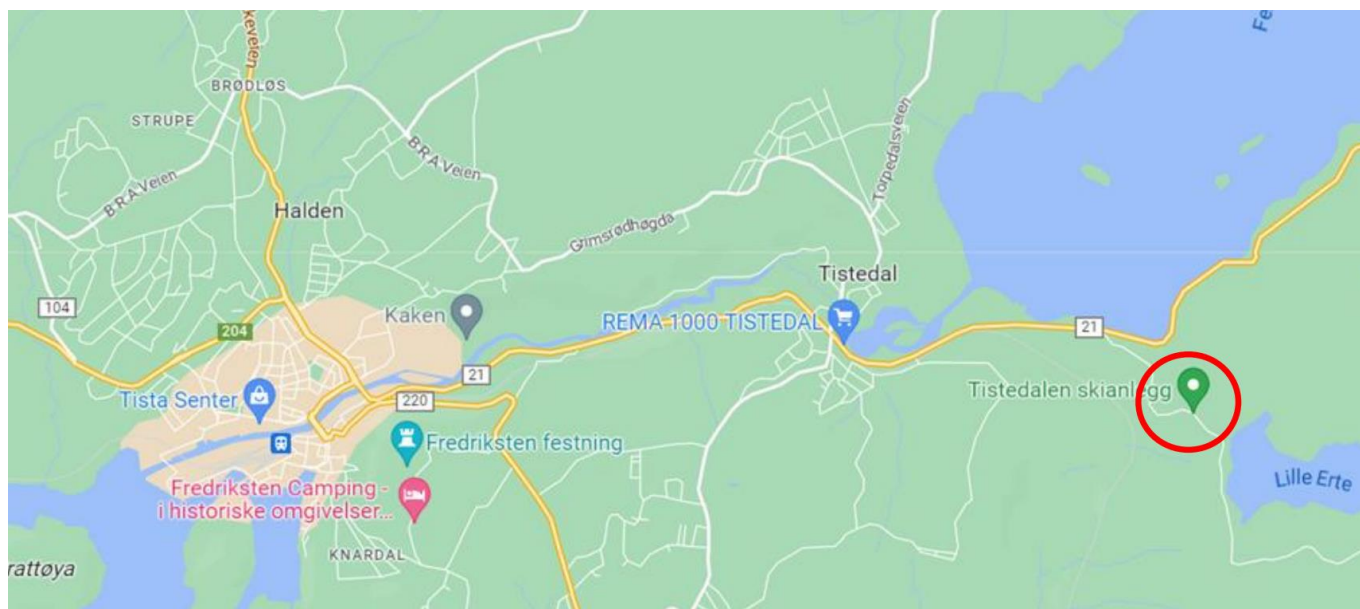


# PM

## Halden SK ønsker velkommen til NM natt i Halden

### Ankomst og arena:

Følg Fv 21 mot Aremark ca 6 km øst for Halden sentrum. Arena er [Tistedalen Skianlegg](#) merket fra Fv 21. Parkering ved arena (59.12281, 11.48242).



ŠKODA

noname

SpareBank 1  
ØSTFOLD · AKERSHUS



# Løpsinformasjon - PM

## Løpskontor/infobod:

På arena og åpent fra kl 19.00.

## Klasser, starttider og løypelengder:

Klasse	Starttid	Løypelengde	Kartbytte
D 17-18	22:00	4,6 km	Nei
H 17-18	22:05	5,3 km	Nei
D 19-20	22:10	5,7 km	Nei
H 19-20	22:15	7,4 km	Ja
D 21-	22:20	7,6 km	Ja
H 21-	22:25	9,5 km	Ja

## Kart:

Ertemarka nord. Kartet er nytegnet i 2022 og 2023 av Morten Dalby. Målestokk 1:10 000 og 5m ekvidistanse. Kartet er offsettrykket på vannfaste ark hos OK Trykk i Halden og løypetrykken er printet på kartene.

## Gafling:

Løypene i alle klasser er gaflet.

## Terreng og terrengsperring:

Middels kupert skogsterreng. For det meste gran og furuskog. Lettløpte områder med berg i dagen og åpen furuskog, men også områder med noe undervegetasjon. Noen myrer. Skråli med granskog av varierende alder. Området er et mye brukt turterreng og det er lysløype og noen turstier i terrenget.

Oversikt over terrengsperring, og gammelt kart over løpsområdet finnes på:

<https://haldensk.no/nm-natt-2023>

## Oppvarming:

Oppvarming skal foregå på arena, eller i eget oppvarmingsområdet i terrenget sør for arena. Eget oppvarmingskart med poster kan fås i informasjonen. Postene er markert med refleks og skjerm som på løpet, men uten stemplingsenhet.

## Stemplingssystem:

Alle deltagere skal løpe med både tradisjonell Emitbrikke og EmiTag.

- **Emitbrikke** benyttes til stemping på postene og nulles før start. Det er ingen stemping ved mål med Emitbrikken.

- **EmiTag** benyttes kun til å sette tiden i mål (automatisk avlesing på mållinja) og nulles IKKE før start. EmitTag festes på armen. Påmeldte uten registrert EmiTag i Eventor får tildelt leiebrikke som kan hentes i infoboden.

## GPS-tracking:

Utvalgte løpere skal benytte GPS og dette er påbudt hvis man er valgt ut. GPS utstyr deles ut i infobod.

## Back-up lapper:

Selvbetjening ved innsjekking til start.

### Startnummer:

Alle skal løpe med startnummer som deles ut i infobod. Startnummer festes foran på draktoverdelen med sikkerhetsnåler. Ta med egne sikkerhetsnåler.

### EmitTag/brikkenummer:

EmiTag/brikkenummer et hentet fra påmeldingen i Eventor. Vi henstiller til løperne å sjekke at dette er riktig før start og gi beskjed i infoboden ved feil.

### Løpsantrekk:

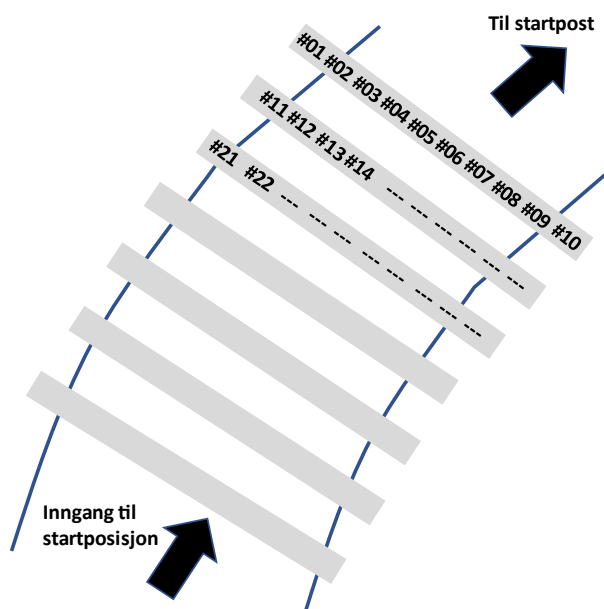
I henhold til NOFs reglement.

### Start:

Starten foregår på arena. Det er en fellesstart for hver klasse og første start er kl. 22.00.

Før start skal alle løpere gå igjennom en sluse for sjekk av EmiTag/brikke, startnummer og navnekontroll. Dette foregår fra 20 min før klassestart og senest 10 min før starttid. **Viktig! Husk å nulle ut Emitbrikke ved startkontrollen** (EmiTag skal ikke nulles).

På signal fra startleder stiller løperne opp ved sine kart ca. 3 minutter før start. Kartene ligger nede ved startposisjonen og er merket med startnummer. Det er 10 løpere i hver rekke, se skisse under. Når starten går, er det merket med merkebånd til startposten ca 140 m fra startlinjen.



### Rekkefølge og tidspunkt for fellesstart:

Klasse	Tidspunkt	Stipulert vinnertid
D17-18	22.00	40 min
H17-18	22.05	40 min
D19-20	22.10	50 min
H19-20	22.15	50 min
D21	22.20	60 min
H21	22.25	60 min

### Startpost:

Alle klasser har samme startpost. Samme startpost benyttes etter kartbytte. Det er ca 140m til startpost fra start/kartbytte.

### For sent til start:

Løpere som kommer for sent til start må følge arrangørens veiledning ved start.

**Passering av arena og kartbytte:**

H 21-, D 21- og H 19-20 har passering av arena ca 2 km før mål. Etter stempling på passeringspost løper man videre til kartbytte ved startområdet. Løpskart leveres til funksjonær og nytt kart tas fra kartoppheng. Løpskartene er merket med startnummer. Husk å ta riktig kart! Det er løpers ansvar å ta riktig kart. Dersom man ikke finner kart med sitt startnummer, ta kontakt med funksjonær for utdeling av riktig reservekart. Startpost på andre del er samme som på første del.

**Poster:**

Postene er markert med rød, blå og hvit hengende sylinderrefleks, o-skjerm og stemplingsbukk. Det stemples med vanlig Emitbrikke.

**Drikkestasjoner:**

Det er ingen væskeposter for dette løpet. I klassene med kartbytte kan løperne sette fra seg egen drikk ved arenapassering på anvist plass, se arenaskissen. Det er løperdrikke ved målgang.

**Målgang:**

Det er merket løype 160 meter fra siste post til mål som skal følges. Løpstiden registreres automatisk ved passering av målstreken. Følg sluse videre til avlesing av Emitbrikke for stemplingskontroll. Ved avvik anvises løperne til rød sone. Følg deretter sluse til innsamling av GPS og eventuell leiebrikke. Løperne beholder kartet etter målgang.

**Kartutdeling:**

Innsamlede kart fra kartbytte kan hentes ved anvist plass etter målgang.

**Premieutdeling:**

Det blir fortløpende premieutdeling rett etter at protestfristen er passert. NM-medaljer i henhold til NOFs regler og 1/3 premiering til antall startende.

**Toaletter og skift:**

Det er tilgang på toaletter på arena. Det er ikke dusjmulighet på arena.

**Liveresultater/GPS tracking:**

LiveRes benyttes til live mellomtider og sluttid. Link publiseres i Eventor.

**Salg:**

Kiosk med varm drikk, brus, kake, vaffel og toast m/ ost og skinke. Kun betaling med VIPPS eller kort. O-Sport stiller med salgstelt med et godt utvalg av hodelykter.

**Sanitet:**

Enkel førstehjelp ved arena.

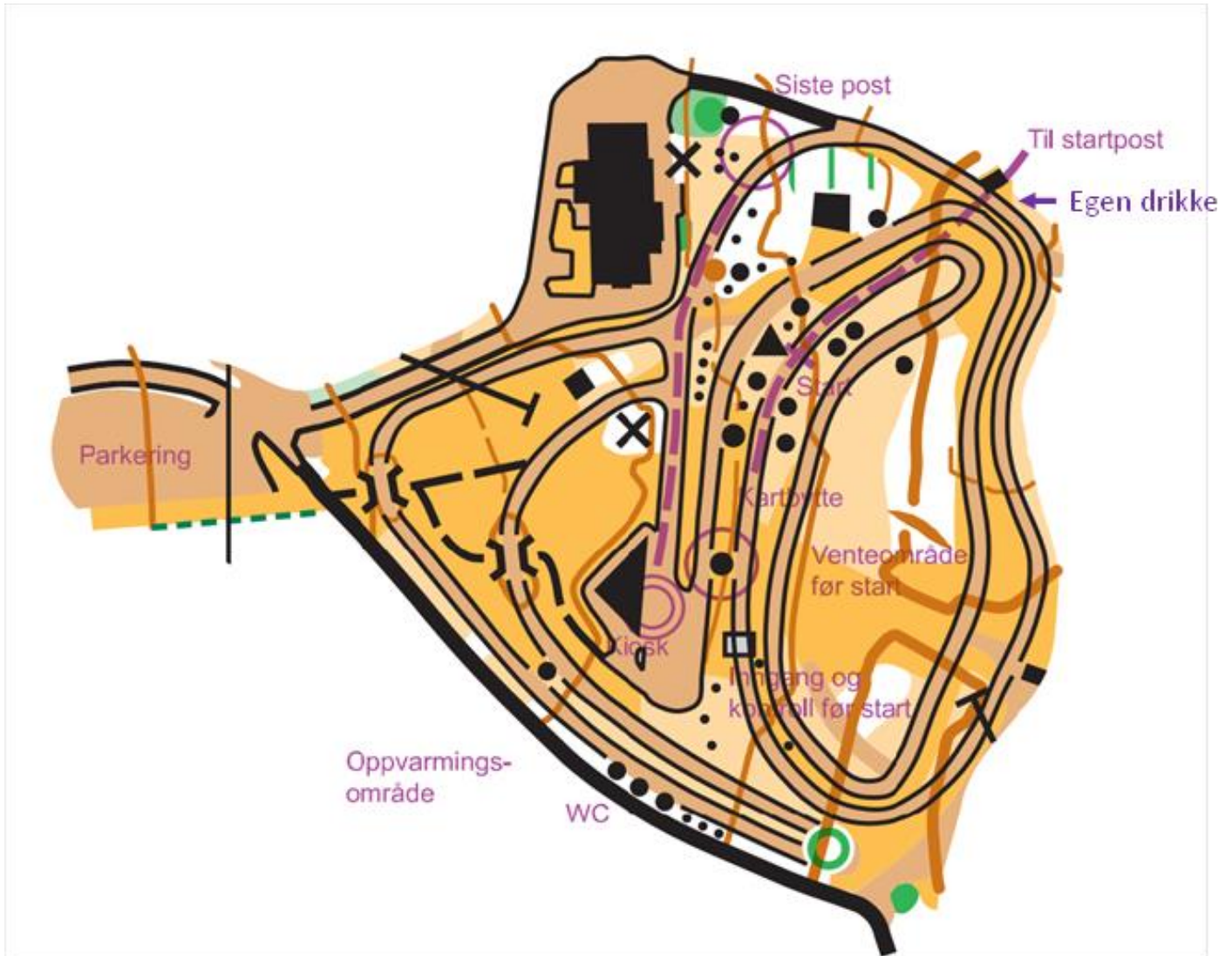
**Løpsledelse:**

Løpsleder:	Gudmund Jenssen
Løypelegger:	Øyvind Helgerud
Speaker:	Kjetil Bjørlo
Løypekontrollør:	Per Olaussen
Arrangement TD:	Jan Arild Johnsen

**Jury:**

Tomas Eidsmo, Freidig  
Kim Richter, Sandnes  
Tove Heimdal, Konnerud

**Arenaskisse:**



***Velkommen!***