



Halden O-Meeting

12.-14. april 2024

Bulletin 1

<p>Velkommen til Halden O-Meeting 2024</p> <p>Halden SK ønsker alle o-løpere og tilskuere velkommen til Halden O-Meeting i Halden sentrum og på Tistedalen Skianlegg ved Lille Erte.</p>	<p>Welcome to Halden O-Meeting 2024</p> <p>We wish all runners and spectators very welcome to Halden O-Meeting in the city centre of Halden and at Tistedalen Ski Stadium at Lille Erte.</p>
<p>Arrangør- og kontaktinfo</p> <p>Arrangørklubb: Halden SK</p> <p>Webseite: https://halden-o-meeting.no/ Email: hom@haldensk.no</p> <p>Løpsleder: Hanne Lerche Raadal Tlf. 48066654</p> <p>IOF kontrollør 12.4.: Unni Strand Karlsen IOF kontrollør 13. og 14.4.: Lacho Iliev</p> <p>Løypeleggere: Fredag 12.4: Emil Wingstedt Lørdag 13.4: Bodil og Øyvind Helgerud Søndag 14.4: Olav Lundanes</p>	<p>Competition organization and contact information</p> <p>Organizing club: Halden SK</p> <p>Webpage: https://halden-o-meeting.no/ Email: hom@haldensk.no</p> <p>Event director: Hanne Lerche Raadal Phone: +47 48066654</p> <p>IOF event advisor 12.4.: Unni Strand Karlsen IOF event advisor 13. and 14.4.: Lacho Iliev</p> <p>Course setters: April 12: Emil Wingstedt April 13: Bodil and Øyvind Helgerud April 14: Olav Lundanes</p>

<p>Program</p> <p>Fredag 12. april: Arena i Halden Sentrum WRE og Norgescup sprint for W21 og M21 Enkel sprint for alle andre klasser</p> <p>Lørdag 13. april:</p> <p>Arena på Tistedalen Skianlegg WRE og Norgescup mellomdistanse for W21 og M21 Mellomdistanse for 17 år og eldre Ungdomsstafett for 13-16 år Lagkonkurranse for opptil 12 år</p> <p>Søndag 14. april: Arena på Tistedalen Skianlegg WRE og Norgescup langdistanse for W21 og M21 Langdistanse for alle andre klasser</p>	<p>Program</p> <p>Friday 12. April: Arena in the city centre of Halden WRE and Norwegian Cup sprint for W21 and M21 Simple sprint for all other classes</p> <p>Saturday 13. April:</p> <p>Arena at Tistedalen Ski Stadium WRE and Norwegian Cup middle distance for W21 and M21 Middle distance for age 17 and older Youth relay for age 13-16 Team contest for up to age 12</p> <p>Sunday 14. April: Arena at Tistedalen Ski Stadium WRE and Norwegian Cup long distance for W21 and M21 Long distance for alle other classes</p>
<p>Terrengsperringer</p> <p>Se https://halden-o-meeting.no/terrengsperringer/ for terrengsperringer, gamle kart mm</p>	<p>Embargoed areas</p> <p>See https://halden-o-meeting.no/terrengsperringer/ for embargoed areas, previous maps etc.</p>
<p>Påmelding</p> <p>Ordinær påmeldingsfrist: Søndag 7. april kl. 23:59 i Eventor, https://eventor.orientering.no</p> <p>For registrering i WRE-klassene W21 og M21 trengs en IOF person-ID. Følg instruksjonene ved påmelding.</p> <p>Etteranmelding: Mulig i Eventor fram til onsdag 10. april kl. 23.59, eller på samlingsplass så langt det er ledige kart.</p>	<p>Entry</p> <p>Ordinary entry deadline: Sunday, 7. April at 23:59. Registration through Norwegian Eventor: https://eventor.orientering.no</p> <p>A link to Norwegian Eventor is available at the IOF Eventor page. To register for the WRE classes, an IOF person-ID is required. Follow the instructions as you register.</p> <p>Late entries: Possible through Norwegian Eventor until Wednesday 10. April at 23:59.</p>

<p>Direktepåmelding: Mulig på arena alle dager i alle åpne klasser. Fri starttid.</p> <p>Ingen påmelding på løpsdagen for WRE klasser og ordinære konkurranseklasser.</p>	<p>Entry on the day: Possible at the arena all days on all open courses. Free start time.</p> <p>No entry on the day for WRE classes and ordinary competition classes.</p>
<p>Påmeldingsavgift</p> <p>WRE-klasser (alle dager): Ordinær avgift: 300 kr per person og løp. Etteranmeldings-tillegg: + 50%</p> <p>Andre klasser:</p> <p>Fredag: Bestemmes senere</p> <p>Lørdag og søndag: Ordinær avgift: Opptil 16 år (født 2008 og senere): 140 kr per person og løp. Fra 17 år (født 2007 og tidligere): 280 NOK per person og løp.</p> <p>Etteranmeldings-tillegg: + 50% Ingen etteranmeldingstillegg for barn opptil 12 år (født 2012 og senere)</p> <p>Avgift for direktepåmelding: Som ordinær avgift</p>	<p>Entry fees</p> <p>WRE classes (all days): Ordinary fees: 300 NOK per person and race. Late entry fees: Ordinary fee + 50%</p> <p>Other classes:</p> <p>Friday: To be decided</p> <p>Saturday and Sunday: Ordinary fees: Up to 16 years (born 2008 and later): 140 NOK per person and race. From 17 years (born 2007 and earlier): 280 NOK per person and race.</p> <p>Late entry fees: Ordinary fee + 50% No late entry fee for children up to 12 years (born 2012 and later)</p> <p>Fee for entry on the day: Same as ordinary fee</p>
<p>Betaling</p> <p>Norske klubber: Faktureres via Eventor etter løpene.</p> <p>Internasjonale klubber/organisasjoner og enkeltpersoner: Må betale med bankkort under påmelding i Eventor.</p>	<p>Payment</p> <p>Norwegian clubs: Invoice through Norwegian Eventor after the race.</p> <p>International clubs/organizations and individuals: Must pay by credit card while making the entry in Norwegian Eventor.</p>

<p>Overnatting og mat</p> <p>Bruk velkjente internettsider for å finne overnattingsmuligheter, spisesteder og matbutikker.</p>	<p>Accommodation and food</p> <p>You can find accommodation, restaurants, and food shops in Halden through well-known web sites.</p>
<p>Transport</p> <p>Transport til og fra arenaene er deltakernes oppgave. På fredag 12.4. er arena i gangavstand fra Halden jernbanestasjon.</p>	<p>Transport</p> <p>Transport to and from the arenas must be organized by the participants. On Friday 12.4., the arena is in walking distance from the railway station in Halden.</p>
<p>Visa for Norge</p> <p>Du kan sjekke om du trenger besøksvisum til Norge her: https://www.udi.no/skal-soke/besok-og-visum/besoksvisum-til-norge/</p>	<p>Visas to Norway</p> <p>Check if you need a Visitors visa to Norway here: https://www.udi.no/en/want-to-apply/visit-and-holiday/visitors-visa-to-norway/</p>
<p>Terrengbeskrivelse og klima</p> <p>Fredag: Gate- og boligområder, trange smug. Bakker, park- og festningsområde.</p> <p>Lørdag og søndag: 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.</p> <p>Klima: Gjennomsnittstemperaturen i Halden for april er 6,4 °C, med gjennomsnittlig minimum på 2,3 °C og maksimum på 10,1 °C. Vi har gjennomsnittlig 7 regndager med totalt 54 mm nedbør. Og 8,7 timer</p>	<p>Terrain description and climate</p> <p>Friday: Streets and residential areas, narrow alleys. Slope, park, and fortress area.</p> <p>Saturday and Sunday: Medium hilly forest terrain. Mostly spruce and pine forest. Easy running areas with bare rock and open pine forest, but also areas with some undergrowth. Some marshes. Slopes with spruce forest of varying age. The area is a widely used hiking terrain and there is a light trail and some hiking trails in the terrain.</p> <p>Climate: The average temperature in Halden for April is 6,2 °C, with an average minimum of 2,3 °C and average maximum of 10,1 °C. We have an average of 7 rainy days and 54</p>

<p>solskinn per dag, også dette i gjennomsnitt.</p>	<p>mm precipitation during April. And averagely 8,7 hours of sunshine per day.</p>
<p>Kart</p> <p>Fredag, Sprint, alle klasser: Målestokk 1:4 000, ekvidistanse 2 m</p> <p>Lørdag: Mellomdistanse for aldersklasser 17-49 og ungdomsstafett: Målestokk 1:10 000, ekvidistanse 5 m</p> <p>Lagkonkurransen og aldersklasser 50+: Målestokk 1:7 500, ekvidistanse 5 m</p> <p>Søndag: Langdistanse for WRE klasser og junior elite klasser (17-20 år): Målestokk 1:15 000, ekvidistanse 5 m</p> <p>Langdistanse for aldersklasser 11-49: Målestokk 1:10 000, ekvidistanse 5 m</p> <p>Langdistanse for aldersklasser opp til 10 og 50+: Målestokk 1:7 500, ekvidistanse 5 m</p>	<p>Maps</p> <p>Friday, Sprint, all classes: Scale 1:4 000, contour interval 2 m</p> <p>Saturday: Middle distance for age 17-49 and youth relay: Scale 1:10 000, contour interval 5 m</p> <p>Team contest and middle distance for age 50+: Scale 1:7 500, contour interval 5 m</p> <p>Sunday: Long distance for WRE classes and junior elite classes (age 17-20 years): Scale 1:15 000, contour interval 5 m</p> <p>Long distance for age 11-49: Scale 1:10 000, contour interval 5 m</p> <p>Long distance for age up to 10 and 50+: Scale 1:7 500, contour interval 5 m</p>
<p>Stemplingssystem</p> <p>WRE: Fredag: EmiTag Lørdag og søndag: Emit og EmiTag</p> <p>Andre klasser: Fredag: EmiTag Lørdag og søndag: Emit</p>	<p>Punching system</p> <p>WRE: Friday: EmiTag Saturday and Sunday: Emit and EmiTag</p> <p>Other classes: Friday: EmiTag Saturday and Sunday: Emit</p>

<p>Klær og sko</p> <p>Fredag: Sko med metalldobber eller spikes er ikke tillatt.</p> <p>Lørdag og søndag: Løpsantrekk skal dekke hele kroppen unntatt hode, hals og armer</p>	<p>Clothing and shoes</p> <p>Friday: Shoes with metal studs or spikes are not allowed.</p> <p>Saturday and Sunday: The running clothes must cover the whole body except head, neck, and arms.</p>
<p>Vinnertider</p> <p>Vinnertider følger IOF reglene for WRE og NOFs regler for alle andre klasser.</p> <p>Det nevnes spesielt at vinnertidene for WRE skal være de samme for kvinner og menn:</p> <p>Sprint: 12-15 min Mellomdistanse: 30-35 min Langdistanse: 88-92 min</p>	<p>Winning times</p> <p>Winning times according to IOF rules for WRE and NOF rules for other classes.</p> <p>Specifically, the WRE winning times shall be the same for both women and men:</p> <p>Sprint: 12-15 min Middle distance: 30-35 min Long distance: 88-92 min</p>
<p>Treningsmuligheter</p> <p>Halden SK kommer til å tilby treningsløyper i relevant terreng. Følg med på https://halden-o-meeting.no/ for løpende oppdateringer.</p>	<p>Training possibilities</p> <p>Halden SK will offer training courses in relevant terrains. Check https://halden-o-meeting.no/ for updates.</p>