



Innbydelse til NM-uka 2024

Verdal Orienteringsklubb inviterer til NM-uka 2024 på Volhaugen i Verdal kommune. NM-arrangementet er en del av Verdal O-klubbs markering av 75-årsjubileet i 2024. NM-uka 2024 vil bli et kompakt arrangement der vi bruker samme arena alle fire dager, og det er kort avstand mellom parkering og arena.

Program 5. – 8. september 2024 (foreløpige tider)

	Onsdag 4. september	Langdistanse torsdag 5. september	Kvalifisering mellom fredag 6. september	Finaler mellom lørdag 7. september	Stafetter søndag 8. september
Løpskontor arena		08:30	13:30	08:30	08:30
Løpskontor NM-Hotell	17:00 – 20:00	18:00 – 20:00	18:00 – 20:00	18:00 – 20:00	
Første start		11:00	15:00	Juniorer 11:00 D21 12:00 H21 14:00 B-finaler 11:00	D17 10:15 H17 12:15
Alle vinnere kåret		16:00	16:45	16:45	14:00
Premieutdeling		Under banketten lørdag 7. sept. kl. 20:00		20:00	14:30
Publikumsløp				10:00 – 12:00	
NOFs klubbledermøte*			19:00		
NM Bankett*				19:00	

* NOFs klubbledermøte og NM Banketten vil avholdes på Hotell Scandic Stiklestad.

NB! Denne oversikten vil kunne endres. Tidsskjema lørdag og søndag er satt opp med tanke på at det ikke blir NRK-sending. Eventuell NRK sending vil medføre endringer i tidsplanen lørdag og søndag. Løpskontoret er også åpent på NM-Hotellet onsdag 4. september fra kl. 17:00 – 20:00. Endringer kunngjøres på arrangementets hjemmeside: <https://www.nm-uka2024.no/>

For de som skal reise med fly gjør vi dere oppmerksomme på at det tar ca. 75 minutter å kjøre med bil til Trondheim flyplass Værnes fra arenaen.



Klasser og løypelengder

Klasseinndeling og løyper vil være i henhold til NOFs regler for NM:

Klasse	Lang	Mellom kvalifisering	Mellom finale
D21	90 minutter	20-22 minutter	30-35 minutter
H21	90 minutter	20-22 minutter	30-35 minutter
D 19-20	70 minutter		25 minutter
H 19-20	70 minutter		25 minutter
D 17-18	55 minutter		25 minutter
H 17-18	55 minutter		25 minutter

Stafetter:

Klasse	Etapper	Stafett
D17	3	100 minutter (30 – 35 minutter)
H17	3	100 minutter (30 – 35 minutter)

Arena

Det vil bli benyttet samme arena alle fire konkurransedagene. Arenaen ligger i Verdal kommune. Avstanden fra NM hotellet på Stiklestad er ca. 10 – 15 minutter med bil. Fra Stiklestad vil det være egen NM-merking til arena.

Fasiliteter på arena: Løpskontor, kiosksalg av mat og drikke, fasiliteter for media (eget pressetelt), trådløst nett, toaletter, mulighet for oppsett av lagstelt. Noe begrenset kiosksalg fredag 6. september (mellomdistanse, kvalifisering).

Karanteneområde

Informasjon om eventuelle karanteneområder og aktuelle oppmøtesteder og tider kommer i PM.

Parkering

Parkering 100 - 200 meter fra arena. Parkeringsavgift kr 75,- pr. dag eller kr 200,- for alle fire dager. Følg anvisninger fra parkeringsvakter.

Løpsterreng

Terrenget vi tilbyr er hovedsakelig typisk trøndersk terreng med en mosaikk av myrer, koller og åpen barskog med god løpbarhet. Det finnes også områder med tettere gran- og lauvskog med nedsatt sikt og løpbarhet. Veier, stier og hogstfelt forekommer i mindre omfang.

Kart

Kart til alle distanser er forskjellige utsnitt av o-kartet Volhaugen utgitt av Verdal O-klubb i 2024. Store deler av området har vært kartlagt tidligere. Eldre kart er tilgjengelig på arrangementets hjemmeside <https://www.nm-uka2024.no/>

Totalleverandør av NM kartet er Origo v/Anton Bjartnes. Synfaring er utført av Anton Bjartnes 2022-2024. Målestokk på langdistansen er 1:15 000. Målestokk øvrige distanser er 1:10 000. Ekvidistanse 5 meter alle dager.

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.

Løpskontor

På arena, samt at det også vil være et enkelt løpskontor på NM hotellet på kveldstid dagen før hver konkurranse. Se program for åpningstider.

Påmelding

Fri påmelding i alle klasser i henhold til NOFs konkurranseregler. Påmelding i Eventor. Ved påmelding angis Emit brikkenummer og emiTag nummer. Løpere som ikke melder seg på med egne brikker tildeles leiebrikker. Brikkeleie for Emit-brikke og emiTag er kr 50 pr løp.

Påmeldingsfrister:

Frist for å melde inn lagoppstilling på stafetten i Eventor er lørdag 7. september kl. 19:00.

	Ordinær påmeldingsfrist	Frist etteranmelding
Langdistanse	26. august kl. 23:59	4. september kl. 17:00
Mellom	26. august kl. 23:59	4. september kl. 17:00
Stafett	26. august kl. 23:59	4. september kl. 17:00

Startkontingent

- Langdistanse, alle klasser: Kr 700.-
- Mellomdistanse, junior: Kr 700.-
- Mellomdistanse, senior: Kr 800.-
- Stafett, pr lag: Kr 2000.-

Etteranmelding:

- 50% tillegg

Leie av Emit-brikke og emiTag:

- Kr 50 pr løp

Reisefordeling:

- Kr 40 pr løper

Startkontingent refunderes ikke ved forfall etter ordinær påmeldingsfrist 26. august. Startkontingent faktureres klubbene i etterkant.

Stemplings- og tidtakingssystem

Emit-brikke benyttes som stemplingskontroll. Tidtaking med emiTag. Løpere med emiTag nummer lavere enn 4053005 vil automatisk bli tildelt leiebrikke.

GPS

Lister med løpere som skal ha GPS plukkes ut av NOF, og vil bli publisert på Eventor i forkant. De som blir tildelt GPS er pliktig til å bære den under løpet.

Løpsantrekk

I henhold til NOFs konkurransereglement, punkt 12.3.1 som sier at «Alle deltakere og ledsagere i o-løp skal ha et løpsantrekk som minst dekker hele kroppen unntatt hode, hals og armer».

Premiering

Premiering til beste 1/3 i henhold til NOFs regler. NM-medalje til de tre beste i hver klasse. Premieutdeling for langdistansen og mellomdistansen skjer i forbindelse med NM-banketten lørdag kveld. Blomsterseremoni på arena etter hver konkurranse.

Premieutdeling for stafett på arena etter målgang.

Treningsmuligheter

Trening i relevant terreng i distriktet tilbys etter påske 2024 og frem mot arrangementet. Se NMs hjemmeside for mer informasjon.

Publikumsløp

Lørdag 7. september arrangeres det publikumsløp med utgangspunkt i løypene fra kvalifiseringen dagen før. Løypelengde B2,5 og A4. Det er fri start mellom kl. 10:00 og 12:00. Påmelding på Eventor eventuelt på arena løpsdagen. Tidtaking med Brikkesys og Emit-brikke. Resultater publiseres på Eventor og Brikkesys samme kveld. Ingen premiering.

Overnatting og transport

NM-hotellet: Scandic Stiklestad.

Andre hotell og overnattingsmuligheter i Verdal:

- Verdal Hotell i sentrum av Verdal
- Thon Hotell i sentrum av Verdal
- Stiklestad camping som ligger 2 km sør for Stiklestad
- Soria Moria camping vest for E6

Link til booking på <https://www.nm-uka2024.no/>

Bankett

NM-bankett arrangeres på NM hotellet Scandic Stiklestad lørdag 7. september fra kl. 19:00. Det vil bli servert 2- retters middag og lett underholdning. Premieutdelingen for lang- og mellomdistansen er fra kl. 20:15. For de som kun ønsker å være med på premieutdelingen er det gratis inngang fra kl. 20:00. Påmelding til banketten gjøres i Eventor samtidig som påmelding til NM-konkurransene. Pris kr 400.- pr. person.

Informasjon

Hjemmeside: <https://www.nm-uka2024.no/>

Følg oss gjerne på Instagram og Facebook: <https://www.instagram.com/nmuka2024/>
<https://www.facebook.com/verdalok/nmuka2024>

Løpsledelse

- Leder hovedkomite: Inge Hafstad
- Løpsledere: Per Grande og Lars Steinar Grindberg
- Sportslig ansvarlig: Per Grande
- Arenasjef: Trond Sturla Rånes
- Media, markedsføring og informasjon: Mari Karoline Nubdal Frøseth
- Teknisk ansvarlig: Ole Morten Frøseth

Løypeleggere

- Løypeleggere langdistanse: Kurt Ove Melbye
- Mellom kvalifisering og finale: Tor Ove Hallem
- Stafett: Anton Bjartnes

Teknisk delegert (TD)

- Hoved TD: Jan Arild Johnsen, NOF
- Langdistanse: Lars Skjeset Frol IL
- Mellomdistanse kvalifisering: Gunnar Vatn Frol IL
- Mellomdistanse finale: Øystein Haug OK Skøyenar

- Stafett: Atle Dengerud Steinkjer OK

Kontakt

Kontakt oss gjerne på e-post adressen ihafert@gmail.com eller mobil 906 64 724.

Takk til alle våre sponsorer og støttespillere



Verdal
kommune



Trøndelag fylkeskommune
Trööndelagen fylhkentjjele



Sponsorer Norges Orienteringsforbund

noname

SKODA