



# PM - Bulletin 2

## Velkommen til Halden O-Meeting ved Lille Erte lørdag 13. og søndag 14. april 2024

Halden SK ønsker alle o-løpere og tilskuere velkommen til Halden O-Meeting og skogsløp fra Tistedalen Skianlegg ved Lille Erte lørdag og søndag 13. og 14. april. Lille Erte er Haldens drikkevannskilde, og vi ber om at det tas hensyn til dette.

### Program

Dag	Første start	Arrangement
Lørdag, 13. april	11:00	Ungdomsstafett D13-16 og H 13-16
	11:10	Lagkonkurranse, aktivitet for barn opp til 12 år
	11:30 WRE 12:30 øvrige klasser	Mellomdistanse D 21 WRE og H 21 WRE med Norgescup
Søndag, 14. april	9:30 WRE 10:00 øvrige klasser	Langdistanse alle klasser, D 21 WRE og H 21 WRE med Norgescup

### Sperret terreng

Terrenget i Ertemarka er sperret for alle løpere som ønsker å delta i WRE/Norgescup-løpet og deres trenere, ledere mm. Se detaljer her, oppdatert 18.3.2024: <https://halden-o-meeting.no/terrengsperringer/>. Sperringen gjelder frem til søndagens WRE-konkurranse er avgjort, dvs. før og etter eget løp.

Parkering i sperret terreng er tillatt etter arrangørens anvisning.

### Ankomst og parkering

Arena er ved Tistedalen skianlegg og har koordinater [59.122, 11.482](#). Veibeskrivelse: Følg Fv 21 mot Aremark ca. 6 km øst for Halden sentrum. Arena er merket fra Fv 21.

Parkering ved arena, på jorde og langs grusvei, inntil 2 km å gå til arena. Lett fremkommelig med barnevogn, ok med rullestol.

Vi prøver å parkere så tett som mulig på plassene nærmest arena. Hjelp oss og følg anvisningen til parkeringspersonalet. **Det oppfordres sterkt til samkjøring, fyll bilen med løpere!**

Parkeringsavgift på kr 50 pr bil og dag betales til Vipps #913551, eller med Vipps/kort i kiosken på arena.

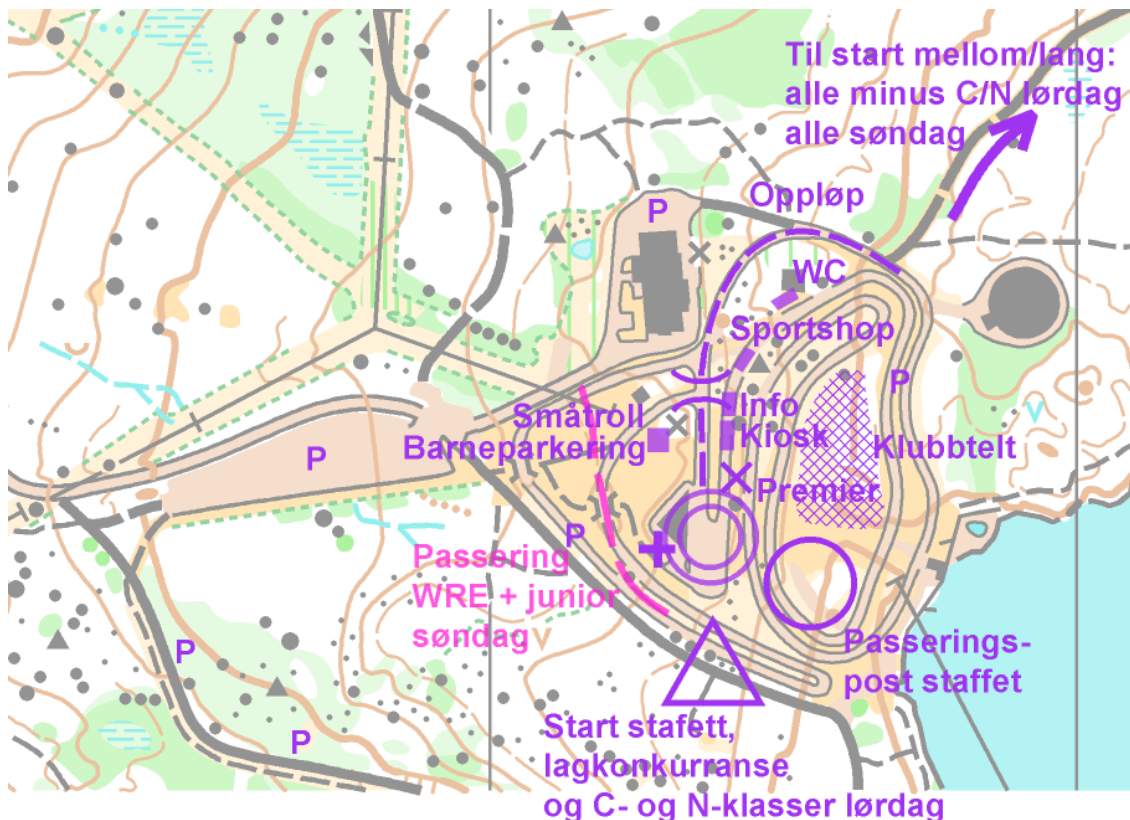




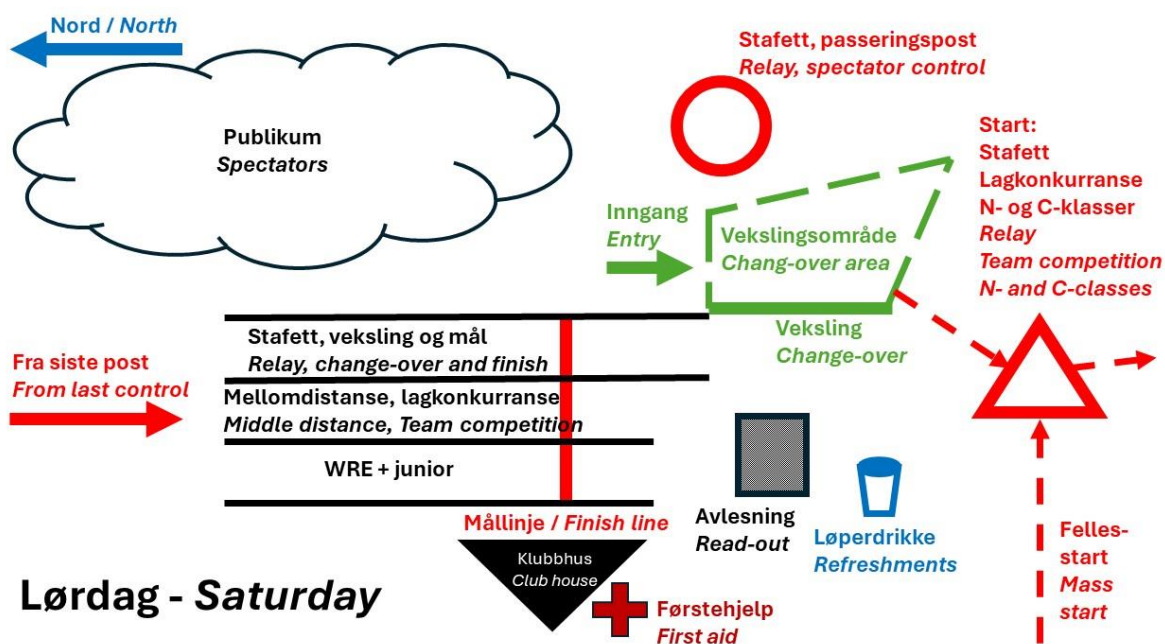
Behov for bussparkering bes meldt til arrangøren per epost i god tid i forkant, senest innen mandag 8. april. Se her for kontaktinfo: <https://halden-o-meeting.no/kontakt-oss/>

## Arena

Arena er på Tistedalen skianlegg og har koordinater [59.122, 11.482](#).



Detaljskisse innløp, veksling og målgang for lørdag:





## Klasser og løyper

**Lørdag 13. april:**

### Lagkonkurransen opp til 12 år:

For aldersgruppen 7 til 12 år arrangeres lagkonkurransen som aktivitet med fellesstart kl. 11:10. Hvert lag består av 3-5 løpere. Lagkonkurransen gjennomføres som poengorientering der lagene har én time til å besøke flest mulig poster. Postene har N- og C-nivå, og det vil være både oppgaveposter og andre morsomheter. Skygging av lagene er tillatt og det er åpent for flerklubblag. Lag med 7-8-åringer bør følges av en voksen.

Merk! Løpere opp til 12 år som ikke ønsker å delta i lagkonkurransen kan delta i individuelt løp i en av de åpne klassene som passer med alderen, se under.

### Ungdomsstafett 13-16 år:

Tre etappers mellomdistansestafett med klasse for jenter, D 13-16, og gutter, H 13-16. Gutteklassen vil være åpen for jenteløpere (miks-lag), og det blir ekstra premie til beste miks-lag i H 13-16!

Andre etappe kan løpes av opptil 3 løpere samtidig. Alle løpere på andre etappe meldes på og løper med hver sin brikke. Det er åpent for flerklubblag i stafetten.

Etappe	Lengde km	Nivå og gafling	Antall løpere	Målestokk
1.	3,5	B-nivå – gafling	1 løper pr. lag	1:10 000
2.	2,8	C-nivå – ikke gafling	Inntil 3 løpere pr. lag	1:10 000
3.	3,5	B-nivå - gafling	1 løper pr. lag	1:10 000

Merk! Løpere mellom 13 og 16 år som ikke ønsker å delta i stafetten kan delta i individuelt løp i en av de åpne klassene som passer med alderen, se under.

### Løypelengder og målestokk mellomdistanse:

WRE klasser:

Klasse	Lengde km	Stigning m	Antall poster	Vinnertid min	Målestokk	Nivå
D 21 WRE	4,3	210	18	33	1:10 000	A
H 21 WRE 1	5,5	225	21	33	1:10 000	A
H 21 WRE 2	5,4	220	21	35	1:10 000	A

Øvrige klasser:

Klasse	Lengde km	Klasse	Lengde km	Målestokk	Nivå
D 19-20E	3,3	H 19-20E	3,7	1:10 000	A
D 17-18E	3,2	H 17-18E	3,5	1:10 000	A
D 17-	3,6	H 17-	4,3	1:10 000	A
D 35-	3,6	H 35-	4,3	1:10 000	A





Klasse	Lengde km	Klasse	Lengde km	Målestokk	Nivå
D 40-	3,6	H 40-	4,3	1:10 000	A
D 45-	3,6	H 45-	3,8	1:10 000	A
D 50-	3,2	H 50-	3,8	1:7 500	A
D 55-	3,1	H 55-	3,6	1:7 500	A
D 60-	3,1	H 60-	3,4	1:7 500	A
D 65-	2,5	H 65-	3,4	1:7 500	A
D 70-	2,5	H 70-	3,1	1:7 500	A
D 75-	1,8	H 75-	2,5	1:7 500	A
D 80-	1,8	H 80-	2,5	1:7 500	A
D 85-	1,8	H 85-	1,8	1:7 500	A
<b>Direkteløyper:</b>					
AL-åpen	5,2			1:10 000	A
AM-åpen	4,1			1:10 000	A
AK-åpen	3,1			1:7 500	A
B-åpen 10-16	3,0	B-åpen 17-	3,0	1:7 500	B
C-åpen 10-16	2,6	C-åpen 17-	2,6	1:7 500	C
N2-åpen 9-16	2,4	N2-åpen 17-	2,4	1:7 500	N2
N1-åpen	1,9			1:7 500	N1

### Væskeposter:

På lørdag er det ikke væskeposter i terrenget.

### Forbudte områder og merkinger:

Det er forbudt å løpe langs fylkesveien i nordre del av terrenget. Veien er merket som forbudt å løpe på (krysset ut) på løpskartene.

Mellom to stier er det merket med hengende merkebånd. Denne merkingen er markert med fiolett stipling på kartet. Dette gjelder løype C-åpen og 2. etappe i ungdomsstafetten. Løperne kan, men må ikke følge denne merkingen.

Det finnes et mindre område i terrenget som er sperret av til bruk i lagkonkurransen. Området er merket i terrenget og markert som forbudt område på løpskartene for andre klasser.

### **Søndag 14. april:**

### Løypelengder og målestokk langdistanse:

WRE klasser:

Klasse	Lengde km	Stigning m	Antall poster	Vinnertid min	Målestokk	Nivå
D 21 WRE	11,9	340	18	90	1:15 000	A
H 21 WRE	14,9	445	21	90	1:15 000	A





Øvrige klasser:

Klasse	Lengde km	Klasse	Lengde km	Målestokk	Nivå
D 19-20E	8,0	H 19-20E	11,1	1:15 000	A
D 17-18E	6,9	H 17-18E	8,0	1:15 000	A
D 9-10	2,3	H 9-10	2,3	1:7 500	N2
D 11-12	3,3	H 11-12	3,3	1:10 000	C
D 13-14	4,2	H 13-14	4,2	1:10 000	B
D 15-16	4,7	H 15-16	6,1	1:10 000	A
D 17-	5,7	H 17-	7,6	1:10 000	A
D 35-	5,7	H 35-	7,6	1:10 000	A
D 40-	5,7	H 40-	7,6	1:10 000	A
D 45-	5,7	H 45-	7,3	1:10 000	A
D 50-	5,0	H 50-	6,9	1:7 500	A
D 55-	4,6	H 55-	6,2	1:7 500	A
D 60-	4,6	H 60-	5,3	1:7 500	A
D 65-	3,5	H 65-	5,3	1:7 500	A
D 70-	3,5	H 70-	4,6	1:7 500	A
D 75-	3,0	H 75-	3,5	1:7 500	A
D 80-	3,0	H 80-	3,5	1:7 500	A
D 85-	3,0	H 85-	3,0	1:7 500	A
<b>Direkteløyper:</b>					
AL-åpen	7,3			1:10 000	A
AM-åpen	4,5			1:10 000	A
AK-åpen	3,5			1:7 500	A
B-åpen 10-16	4,1	B-åpen 17-	4,1	1:7 500	B
C-åpen 10-16	3,5	C-åpen 17-	3,5	1:7 500	C
N2-åpen 9-16	2,3	N2-åpen 17-	2,3	1:7 500	N2
N1-åpen	2,2			1:7 500	N1

#### Væskeposter:

På søndag finnes det flere væskeposter i terrenget, som løyper over 6,5 km kommer i berøring med på naturlige veivalg. WRE- og juniorklasser har 3 væskeposter i skogen + 1 ved passering, utenom D17-18E som har 1 væskepost i skogen + 1 ved passering. Væskepostene er delvis bemannet og det tilbys vann. Ved arenapassering er det mulig å sette ut egen drikke. Gel forpakninger og lignende kastes VED væskepostene eller tas med hjem, la være å forsøple skogen!

#### Forbudte områder og sperringer:

Det er noen forbudte områder i terrenget. Der det forbudte området er omgitt av heltrukken linje på løpskartet, er området merket med rød-hvite merkebånd i terrenget. Respekter forbudte områder og ta hensyn til naturen, dine konkurrenter og arrangøren!





Klassene D19-20E, H17-18E, H55- og AL-åpen kan komme i kontakt med et rødt-hvitt merkebånd som er satt opp i forbindelse med jakt. Dette båndet er det fullt lovlig å passere og det er ingen forbudte områder i nærheten som kan forveksles med dette båndet.

Det er markert krysningspunkter (symbol 710) over noen bekker i terrenget. Dette er bare **anbefalinger** til hvor det er bra å krysse bekkene, det er ikke obligatorisk å benytte disse krysningspunktene.

#### Forklaring av nivå på løyper

**N-løyper** har ett opplagt veivalg langs sammenhengende ledelinjer som vei, sti, bekk og gjerde. Alle postene kan sees fra ledelinjene. Passer for alle som er nye i orienteringssporten eller har noe erfaring fra f.eks. stolpejakt.

**C-løyper** følger stort sett ledelinjer, men enkelt steder forventes løperne å forlate ledelinjene. Det kan finnes veivalgsmuligheter.

**B-løyper** krever kort finorientering inn mot posten og forståelse av høydekurver.

**A-løyper** er de mest krevende og alle orienteringsteknikker bør beherskes.

## Kart og terreng

Kart: Ertemarka nord. Kartet er nytegnet 2022-2024 av Morten Dalby, etter ISOM2017-2. Målestokk 1:15 000 / 1:10 000 / 1:7 500 og 5m ekvidistanse. Kart i 1:15 000 vil bli offset trykket. Øvrige kart vil bli skrevet ut på IOF/NOF-godkjent printer.

Terreng: Middels kupert skogsterreng, som varierer fra flate områder til områder som er relativt kupert til å være Østfold. For det meste gran og furuskog. Lettløpte områder med berg i dagen og åpen furuskog, men også områder med noe undervegetasjon. Noen myrer og skråli med granskog av varierende alder. I store deler av terrenget er det ikke drevet hogst på mange år. Området er et mye brukt turterreng og det er lysløype og noen turstier i terrenget. Løpsunderlag er skog, sti og enkelte grusveier.

## Stemplings- og tidtakingssystem

For D 21 WRE og H 21 WRE, samt juniorklassene D/H 17-18E og 19-20E: EmiTag benyttes til tidtaking og vanlig Emit-brikke til stemplingskontroll.

Alle andre klasser, også lagkonkurranse og ungdomsstafett: Vanlig Emit-brikke benyttes for tidtaking og stemplingskontroll.

**Husk å sjekke at du er oppført med riktig EmiTag/Emit-brikke i startlisten.**

## Prøvestempling

Husk å sjekke at brikke/tag fungerer før start! Det er satt opp en prøvestemplingsenhet på arena ved siden av Info-teltet (se arenaskisse). Er brikke/tag død, er det mulighet for å kjøpe ny i salgsteltet.







## Påmeldingslister WRE

Lister over alle påmeldte deltakere i WRE-klassene ligger i Eventor.

Mellomdistanse lørdag:

<https://eventor.orientering.no/Events/Entries?eventId=18522&groupBy=EventClass>

Langdistanse søndag:

<https://eventor.orientering.no/Events/Entries?eventId=18523&groupBy=EventClass>

## Etteranmelding

### WRE-klasser:

Mulig i Eventor fram til onsdag 10. april kl. 23.59, mot tilleggsavgift. Deretter er det ikke mulig å melde seg på i WRE-klasser. Etteranmeldte løpere vil starte først.

### Ordinære klasser og ungdomsstafett:

Mulig i Eventor fram til onsdag 10. april kl. 23.59, mot tilleggsavgift. Deretter i Info-telt på arena på løpsdagen, mot tilleggsavgift, dersom det finnes kart og ledig starttid.

### Åpne klasser og lagkonkurranse:

Mulig i Eventor fram til onsdag 10. april kl. 23.59. Deretter i Info-telt på løpsdagen.

### For alle klasser gjelder:

Deltakere fra internasjonale klubber/organisasjoner og enkeltpersoner må betale ved påmelding. Deltakere fra norske klubber faktureres i etterkant.

### Brikkeleie ved etteranmelding:

Det tilbys ikke utleie av Emit-brikke for deltakere for norske klubber. Utleie av Emit-brikke for etteranmeldte, utenlandske løpere kan ikke garanteres, da det avhenger av at det er brikker tilgjengelig. Utleie av EmiTag for etteranmeldte løpere i WRE- og junior- klasser kan heller ikke garanteres, da det avhenger av at det er tilgjengelige EmiTag'er.

## Kart for barn opp til 12 år og åpne klasser

Kart til lagkonkurransen, alle ordinære klasser opp til 12 år og åpne klasser N1-åpen, N2-åpen 9-16, N2-åpen 17-, C-åpen 10-16 og C-åpen 17 fås utlevert i Info-telt. Kart for ledsagere i klassene N1-åpen, N2-åpen, C-åpen 10-16 og D/H 9-10 finnes og er trykt på vanlig papir. Pass på at du tar ut løpskart i det antallet du trenger, og ikke for mange.

Kart for åpne klasser på B- og A-nivå finnes ved start.

Det er ikke tillatt for løpere i WRE-klassene å ledsage andre deltakere. Løpere i alle andre klasser har iht. NOFs regel 12.2.2 anledning til å være ledsager for deltakere i N-klasser, C-klasser og D/H 9-10, samt lagkonkurransen, også før eget løp.





## Startlister

Startlister for WRE- og juniorklasser publiseres senest tirsdag 9/4 i Eventor med informasjon om startnummer, Emit brikke og EmiTag. Startintervall for WRE-klasser og juniorklasser er 2 min begge dager.

Øvrige startlister publiseres senest tirsdag 9/4 i Eventor.

## Klasser med fri start

Alle åpne klasser har fri start mellom kl. 12:30 og 14:30 på lørdag og kl. 10:00 og 12:00 på søndag. Åpne klasser på N- og C nivå kan starte fra kl 11.30 på lørdag og kl 9:00 på søndag.

## Startnummer

Selvbetjening av startnummer på start for løpere i WRE-klasser og juniorklasser.

Startnummer for i ungdomsstafetten og lagkonkurransen hentes i Info-telt.

Startnummer skal bæres godt synlig på bryst/mage og festes med sikkerhetsnåler. **Husk å ta med egne sikkerhetsnåler.**

Øvrige klasser har ikke startnummer.

## Utlevering av leid EmiTag og Emit-brikke

Leid EmiTag og Emit-brikke for alle som har fått tildelt slikt, hentes i Info-telt på arena.

Deltakere fra internasjonale klubber/organisasjoner og enkeltpersoner må betale for leie av EmiTag/Emit-brikke ved uthenting av denne. Leiegebyr er 50 kr per brikke. Betaling skjer med kort eller Vipps, ikke kontanter.

Ikke tilbakelevert EmiTag faktureres med kr 1000. Ikke tilbakelevert Emit-brikke faktureres med kr 700.

## Back-up lapper

Back-up lapper finnes tilgjengelig for selvbetjening ved Info-teltet og ved start.

## GPS-tracking og bruk av personlig GPS

I WRE-klassene vil utvalgte løpere bli pålagt å løpe med GPS. GPS vil også bli brukt for utvalgte løpere i juniorklassene og for utvalgte lag på siste etappe i ungdomsstafetten.

GPS-lister for alle klasser publiseres i Eventor i løpet av kvelden 11. april og legges ut i Info-teltet på arena på løpsdagen. GPS-trackingen vil brukes av speaker, og åpnes for alle etter siste start i WRE-klassene.

GPS-enheter deles ut ved Info-teltet og leveres inn rett etter målgang. **Husk å ta med egen GPS-vest hvis du har.**

Personlige GPS-enheter, f.eks. GPS-klokker, tillates brukt i Halden O-Meeting under forutsetning av at de ikke benyttes til kommunikasjon eller orientering.







## Løpsantrekk

Løpsantrekk skal dekke hele kroppen unntatt hode, hals og armer.

## Start lørdag

### Ungdomsstafett, lagkonkurrans og N- og C-klasser:

Start på samlingsplass (se arenaskisse).

### Øvrige klasser, også WRE- og juniorklasser:

Ca 10 min gangavstand fra arena til start, på grusvei. Følg rød/hvit merkeband. Avstand fra tidsstart til startpost er 70 m.

Terrenget på begge sider av veien til start er løpsområde og dermed sperret for deltakere som ikke har startet. Oppvarming kan foregå på veien mellom arena og start, samt på parkeringsplassen.

Det er ikke toaletter ved start-

## Start søndag

Ca 10 min gangavstand fra arena til start, på grusvei. Følg rød/hvit merkeband. Avstand fra tidsstart til startpost er 140 m.

For WRE- og juniorklasser er det oppvarmingskart med poster, selvbetjening i Info-telt. Kvaliteten på utskriften tilsvarer ikke løpskartene. Oppvarmingskartene er bare for nevnte klasser, men det er lov å bevege seg ut i dette område for alle løpere. Resten av terrenget på begge sider av veien til start er løpsområde og dermed sperret for deltakere som ikke har startet. Oppvarming kan også foregå på veien mellom arena og start, samt på parkeringsplassen.

Det er ikke toaletter ved start.

## Startprosedyre

Samme startprosedyre for alle individuelle klasser både lørdag og søndag:

3 minutter før start – gå frem, sjekk av brikkenummer

2 minutter før start – ta løs postbeskrivelse

1 minutt før start – gå frem til kartboksen

## For sent til start

For WRE-klassene brukes IOFs regler for deltakere som kommer for sent til start, § 22.9. og § 22.10: *En deltaker som kommer for sent til sitt starttidspunkt må få starte. Den nye starttiden skal registreres. Hvis deltakeren er på startlinjen mindre enn et halvt startintervall etter sitt starttidspunkt, skal hun/han få starte umiddelbart. Hvis deltakeren er på startlinjen mer enn et halvt startintervall etter sitt starttidspunkt, skal hun/han starte ved neste ledige halve startintervall. En deltaker som av egen skyld kommer for sent til start skal få beregnet*





*løpstiden fra opprinnelig starttidspunkt. Hvis en deltaker på grunn av feil fra arrangørens side kommer for sent til start, skal deltakerens løpstid beregnes ut fra nytt starttidspunkt.*

For alle andre klasser med faste starttider gjelder NOFs regel 22.6.6: *Hvis en deltaker på grunn av feil fra arrangørens side kommer for sent til start, skal vedkommende få ny starttid. En deltaker som av egen skyld kommer for sent til start, skal få starte så snart som mulig uten å få ny starttid. Starttidspunktet bestemmes av arrangøren, som skal ta hensyn til mulig påvirkning på andre deltakere.*

## Transport av tøy

Ingen transport av tøy fra start til mål.

## Postbeskrivelser

### Ungdomsstafett og lagkonkurranse:

Postbeskrivelsen er trykt på kartet.

### Individuelle klasser:

Postbeskrivelsen er trykt på kartet. Løse postbeskrivelser deles ut 2 min før start. Størrelse:

Lørdag: D 21 WRE: 14,5 x 5 cm. H 21 WRE 1 og H 21 WRE 2: 16,5 x 5 cm.

Søndag: D 21 WRE: 15,5 x 5 cm. H 21 WRE: 17,5 x 5 cm.

## Maksimaltid

Maksimaltid lørdag er 90 min, søndag 180 min for WRE og 150 min for andre klasser.

## Arenapassering

Ungdomsstafetten har publikumspost på arena på lørdag. Det er ingen merking inn til og ut av denne posten.

WRE- og juniorklassene har arenapassering på søndag. Etter stemping på passeringspost følges merket korridor fram til nytt startpunkt, som er merket med postskjerm i terrenget og startpost på kartet.

## Siste post

Lørdag: Samme siste post for alle

Søndag: To siste poster, en for WRE- og juniorklasser og en for øvrige klasser.

## Mål

På arena.

For WRE- og juniorklasser: Eget innløp, merket ca. 50 m før mål. Løperne er selv ansvarlig for å velge riktig innløp. Sluttiden tas ved passering av mållinja.





For andre klasser: Eget innløp, merket ca. 50 m før mål. Løperne er selv ansvarlig for å velge riktig innløp. Sluttiden tas ved stemping på målpost.

På lørdag er det også et eget innløp for stafetten, mens lagkonkurransen løper i samme innløp som mellomdistansen for andre klasser (se detaljsskisse innløp, veksling og målgang for lørdag).

## Løperdrikke

Det blir utdelt løperdrikke etter målgang. På søndag er det flere væskeposter i terrenget, men det ikke er væskeposter på lørdag.

## Resultatservice

Resultatlistene legges ut på Eventor etter løpene. Løypene legges ut i Livelox. Resultatene kan også følges live, se linker i Eventor.

## Premier og premieutdeling

Premier til alle i lagkonkurransen og klasser t.o.m. 12 år og åpne N- C- og B-klasser opp til 16 år. I klasser 13-16 år og i ungdomsstafetten premieres 1/3 av antall startende. I klassene H/D 17-18 E, 19-20 E og 21 E WRE premieres 1/8 av antall startende. I øvrige klasser kun premie til vinner. Ingen premiering i åpne klasser.

Premieutdeling på arena så fort som klassene er avgjort. I klasser der alle får premie kan denne hentes direkte etter målgang.

## Ungdomsstafett lørdag

**Lagoppstillinger** leveres i Eventor senest kl. 21:00 fredag 12. april. Endring av lagoppstillinger kan gjøres på eget skjema i Info-telt senest 10:00 løpsdagen.

**Startnummer** for stafetten utleveres i Info-telt. Alle stafettløpere skal bære startnummer, dette gjelder også eventuelle «ekstraløpere». Husk å ta med egne sikkerhetsnåler.

**Start for stafetten** foregår på grusvei sydvest på arena, se arenaskisse. Kart for første etappe blir utlevert ved start. Husk å nulle brikka.

### Veksling, kartutdeling og målgang:

Løpere på 2. og 3. etappe får sine kart sammenrullet, i vekslingsfeltet, før selve vekslingen. Kart kan ruller opp og ses på etter veksling.

Veksling foregår ved berøring. For 2. etappe med flere løpere er det første løper i mål som teller. Ved veksling mellom 2. og 3. etappe er det derfor første løper i mål som veksler over til neste løper. NB Dette innebærer at laget vil bli disket hvis første løper i mål på 2. etappe er disket.

Det er separat innløp for stafetten (se detaljsskisse innløp, veksling og målgang lørdag), som er merket med skilt ca. 50 m før mål. Løperne er selv ansvarlig for å velge riktig innløp.

Alle etapper i stafetten har passeringspost på arena.





Løpere uten lag / lag som mangler løper kan registrere seg i Eventor, <https://eventor.orientering.no/Activities/Show/5631>, for enklere å kunne danne flerklubblag.

## Lagkonkurransen for barn 7-12 år lørdag

Lagoppstillinger leveres på skjema linket opp i Eventor (se <https://eventor.orientering.no/Events/Show/19408>) senest kl. 21:00 fredag 12. april. Endring av lagoppstillinger kan gjøres på eget skjema i Info-telt senest 10:00 løpsdagen.

**Brikke:** Laget skal løpe med en Emit-brikke per lag.

**Startnummer** for lagkonkurransen utleveres i Info-telt. Alle løpere skal bære startnummer. Husk å ta med egne sikkerhetsnåler.

**Kart** for lagkonkurransen utleveres i Info-telt. Husk kart til ledsagere!

**Detaljert PM** for lagkonkurransen er trykket på baksiden av kartet, og bør gjennomgås før start.

**Start for lagkonkurransen** foregår på grusvei sydvest på arena, se arenaskisse. Husk å ta med kart, og husk å nulle brikka.

**Målgang** for lagkonkurransen er den samme som for mellomdistansen (se detaljskisse innløp, veksling og målgang for lørdag).

## Toaletter

Toalettovn på arena, ett toalett i klubbhuset (forbudt med piggsko). NB! Det er ikke toalett ved start.

## Dusj

Ingen dusj. Bruk «våtklutemetoden». Garderobene i klubbhuset er stengt.

## Sanitet

Førstehjelp Søk og Redning Halden har sanitetstjeneste på arena (inne i klubbhuset).

## Barneparkering

På arena, se arenaskisse. Gratis, åpen for barn over 2 år begge dager. Det er ingen matservering, ta med drikkeflaske og evt. matpakke.

## Småttroll

På arena begge dager, se arenaskisse. Avgift 30 kr med Vipps.

## Klubbtekt

Klubbtekt kan settes opp på anvist plass på arena.





## Salg

**O-utstyr:** O-Sport vil ha et stort salgstelt på arena.

**Mat og drikke:** Salg av grillmat og godt utvalg av kioskvarer på arena, inkludert glutenfrie kaker og vafler. Betaling kun med Vipps eller bankkort.

## Fair play

Hver løper har personlig ansvar for IKKE å dele informasjon om konkurransen, kart, løyper eller veivalg, underveis i løpet eller etter målgang, med løpere som ikke har startet enda.

Også tilskuere skal følge fair play og ikke hindre løpere, eller dele informasjon om konkurransen, kart, løyper eller veivalg som de måtte få kunnskap om, med løpere som ikke har startet enda.

## Klage og protest

**For WRE-klassene gjelder:**

Klage iht IOF regel 27 leveres skriftlig i Info-teltet, senest 20 min etter siste målgang i klassen. Klager behandles og avgjøres av løpsledelsen.

Protest iht IOF regel 28 kan leveres mot løpsledelsens vedtak i en klagesak. Protest skal leveres skriftlig av den som leverte klagen, i Info-teltet eller direkte til løpsledelsen. Frist for levering av protest er senest 15 min etter at vedtak i klagesaken er meddelt klageren. Protester behandles og avgjøres av juryen.

**For øvrige klasser** gjelder NOFs regler.

## Jury

Tomas Eidsmo, Freidig  
Geir Bråten, Vegårshei IL  
Marit Kahrs, Fredrikstad SK

## Trening

Vi tilbyr flere treninger i Halden og omegn. Nærmere opplysninger finnes på løpets hjemmeside, <https://halden-o-meeting.no/2024/03/18/tren-i-relevant-terreng/>.

Treningskart bestilles her: <https://haldensk.omaps.io/>. Det presiseres at det er åpnet for trening i deler av tidligere sperret terreng, se her: <https://omaps.io/maps/35493625>.

## Spørsmål

Ved spørsmål, send mail til [hom@haldensk.no](mailto:hom@haldensk.no). På løpsdagen kan du henvende deg i Info-teltet.





## Løpsledelse

Løpsleder: Hanne Lerche Raadal, tlf. +47 480 66 654

Ass. Løpsleder: Frauke Schmitt Gran

Løypeleggere lørdag: Bodil og Øyvind Helgerud

Løypelegger søndag: Olav Lundanes

Arena: Gudmund Jensen

Mål og resultater: Eirik Nordbrøden

Info-telt: Anja Wingstedt

Teknisk delegert fra Østfold O-krets: Kjell Lunde, Varteig OL

NOF teknisk delegert: Jan Arild Johnsen

IOF Event Adviser: Lacho Iliev

