



Innbydelse

Midt-Norsk Mesterskap i Orientering 2024

Molde og omegn idrettsforening ønsker velkommen til Midt-Norsk Mesterskap i Orientering
23.-25. august 2024

Se www.mnm2024.no for utfyllende info



**Sparebanken
Møre**



	Fredag 23. august Sprint	Lørdag 24. august Langdistanse	Søndag 25. august Stafett/ Reser-løpet/ Lagkonkurranse
Arena	Rådhusplassen	Skaret Skisenter	Skaret Skisenter
Adkomst/ avstander	Molde sentrum Se avsnitt om sperret terreng og PM for detaljer	12 km fra sentrum	12 km fra sentrum
Parkering	Molde Parkeringshus, like ved arena	Parkering like ved arena	Parkering like ved arena
Offentlig transport?	Gåavstand fra sentrum	Nei	Nei
Barneparkering	Nei	Ja	Ja
Garderobe	Toaletter på rådhuset	Kun toaletter	Kun toaletter
Første start	18:30	12:00	10:00
Kart, terreng, kartutsnitt	Se www.mnm2024.no		

Påmelding

Påmelding skjer i Eventor. Se www.mnm2024.no og Eventor for informasjon om ordinær påmeldingsfrist, etteranmeldingsfrist og påmelding i åpen klasse.

Lagoppstilling

Frist for innlevering av lagoppstilling på stafett og lagkonkurranse er lørdag 24. august kl. 17.00. Dette skjer i Eventor.

Stemplingssystem

Fredag: EmiTAG.

Lørdag og søndag: Emit

Det vil være mulig å leie brikke alle dager, men det vil være et begrenset antall.

Sperret terreng på fredagens sprint

Det er ikke tillatt å bevege seg i Molde sentrum med kart fra dags dato frem til løpsstart for deltakerne. Terrenget vil være sperret for deltakerne på løpsdagen 23. August. Ytterligere informasjon om sperring vil bli gitt i PM som publiseres i Eventor senest noen dager før løpet. Vi ber om at deltakerne gjør seg kjent med PM før avreise, ettersom det i PM vil gis detaljert informasjon om hvor det er tillatt å kjøre/sykle/gå på vei til samlingsplass.

Salg av o-utstyr

Lørdag og Søndag: Runes O-utstyr har salg av orienteringsutstyr på arenaen.

Klasser og løypelengder

Langdistanse (lørdag)

Løypelengdene kan bli noe justert. Endelige løypelengder blir publisert i PM.

Klasse	Nivå	Løype lengde (km)	Estimert vinnertid (min)	Målestokk	Klasse	Nivå	Løypelengde (km)	Estimert vinnertid (min)	Målestokk
D13-14	B	2,6	30	1:10 000	H13-14	B	3,2	30	1:10 000
D15-16	A	3,5	40	1:10 000	H15-16	A	5,0	40	1:10 000
D17-18	A	5,0	55	1:15 000	H17-18	A	6,6	55	1:15 000
D19-20	A	7,0	70	1:15 000	H19-20	A	8,8	70	1:15 000
D21	A	10,0	90	1:15 000	H21	A	11,8	90	1:15 000
D35	A	6,7	70	1:10 000	H35	A	8,6	70	1:10 000
D45	A	5,2	60	1:10 000	H45	A	7,2	60	1:10 000
D50	A	4,8	55	1:7 500	H50	A	6,5	55	1:7 500
D55	A	3,8	50	1:7 500	H55	A	5,3	50	1:7 500
D60	A	3,8	50	1:7 500	H60	A	4,8	50	1:7 500
D65	A	3,6	50	1:7 500	H65	A	4,2	50	1:7 500
D70	A	2,8	50	1:7 500	H70	A	3,1	50	1:7 500
D75	A	2,8	50	1:7 500	H75	A	2,8	50	1:7 500
D80	A	2,8	50	1:7 500	H80	A	2,8	50	1:7 500
D85	A	2,8	50	1:7 500	H85	A	2,8	50	1:7 500

Klasse	Nivå	Løypelengde (km)
N1-åpen	N1	1,5
N2-åpen 9-16	N2	1,8
N2-åpen 17-	N2	1,8
C-åpen 10-16	C	2,5
C-åpen 17-	C	2,5
B-åpen 10-16	B	3,2
B-åpen 17-	B	3,2
AK-åpen	A	4
AM-åpen	A	6

AL-åpen	A	8
D/H9-10	N2	2
D/H11-12	C	2,5

Stafett

Klasse	Løypelengde
H17	5-5,3
D17/ H135	4-4,3
D135/H180	2,6-2,8
D180	2-2,2
H/D13-16	2,6-2,8(B), 2(C)
AL	5,2
AK	3
B	2,5
C	1,9
N1	1,3

Reser-løpet

Reser-løpet er et litt annerledes o-løp som arrangeres for klassene D17/H17 på søndag. Det blir fellesstart uten gafling over ca 11 km med relativt enkel orientering. Dette er et tilbud til de som er glad i å løpe langt i terrenget, men med begrenset erfaring fra orientering - og selvfølgelig til alle som ikke har lag på stafetten, men likevel vil ha ei treningsøkt i det flotte terrenget på Skaret. Vi håper Romsdalens mange fjelløpere vil være med for å kåre den beste Reseren!

Lagkonkurranse 8-12 år

Det arrangeres lagkonkurranse beregnet på barn for aldersgruppen 8-12 år på søndag. Hvert lag skal ha 3–5 deltakere. Hver deltaker får før start utlevert et kart med et antall poster, der postene har ulik poengverdi. Hvert lag skal i løpet av 60 minutter samle så mange poeng som mulig. For hvert minutt laget går over tiden, gis minuspoeng. Noen av postene/ strekkene har oppgaver som gir ekstra poeng. Laget skal løpe samlet over mål.

Småtroll

Det er småtroll-aktiviteter lørdag og søndag. Småtroll er gratis.

Overnatting

Se www.mnm2024.no for tips til overnatting.

Møte om Midt-Norsk mesterskap

Arrangeres av arrangerende krets og klubb etter individuelt løp lørdag. Der diskuteres erfaringer fra arrangementet. Møtet er for arrangører og kretsenes representanter.

Kontakt:

Nettside: www.mnm2024.no

Mail: info@mn2024.no

Facebook: "Midt-Norsk Mesterskap i orientering 2024"

**VELKOMMEN TIL MOLDE
23.-25. AUGUST 2024**