



## PM for NM Pre-o og TempO



### Løpere, ledere, publikum og andre støttespillere ønskes velkommen til NM i Pre-o og TempO på Øvre Romerike 19.-20. september 2015.

Ullensaker kommune med Jessheim som hovedsenter er midt i hjerte av Raumar Orientering. Med nærheten til Oslo lufthavn Gardermoen, blir det enkelt for alle å komme til NM arenaen på Algarheim skole og Allergot ungdomsskole. Det arrangeres NM i presisjons-orientering lørdag med start fra Algarheim skole. Søndag er det klart for TempO med start fra Langelandsfjellet.

Arrangementet går parallelt med øvrig mesterskap og arrangement i Raumar regi, natt-NM fredag, norgescupen mellomdistanse og O-idol lørdag og junior NM stafetten søndag.

Arrangøren vil takke grunneiere som gir oss mulighet til å benytte områder og terrenget på og nær Langelandsfjellet. Vi vil også takke sponsorer og støttespillere for gode og viktige bidrag til arrangementet.

Det rettes også en stor takk til alle klubbmedlemmene som stiller velvillig opp med dugnadsinnsats for at vi kan gjennomføre et slikt arrangement som er et stort løft for klubben.

Vi gleder oss til spennende oppgjør og ønsker løpere i Pre-o og TempO NM lykke til med konkurransene!

Aslak Kinneberg

Alf Stefferud

Leder hovedkomite NM Raumar

løpsleder Pre-o og TempO

### Følg nyheter på

[www.nm2015.raumar.net](http://www.nm2015.raumar.net)

#nm2015Raumar



NM helg 2015 – NM natt-NM jr.stafett – o-idol.

*noname*

*inov*

SPORT & .NO

 OSLO LUFTHAVN

 **activetravel**  
NORWAY



# PM for NM Pre-o og TempO



## NM Pre-O lørdag 19 september 2015

### Arena

[Algarheim skole](#), ca. 5.5 km øst for Jessheim, riksvei 174. Løpskontor og parkering på skolen.

### Kart og terreng

Nytegnet kart 2015, 1:3000, 2 m ekv., sprintnorm. Løpetrase på gruset sti, sti/traktorslep, liten kupering i blandingsskog med hogstflater.

### Løype

Start fra arena kl. 12.00, 2 min. intervall. Ca. 1.5 km løypelengde, 24 poster. Maksimaltid: 117 min.

Tidspost etter målgang. Seks skjermer A-F, tre oppgaver.

Til 23 post, følg rød/hvit merking på liten sti.

Forbudte stier/veier er merket med rødt på kartet.

Deltagerne bruker egne stiftklemmer.

### Startnummer

Fås på arena. Deltagere som skal være med i TempO beholder og bruker samme startnummer søndag.

### Premiering

Medaljer til de tre beste, premie/diplom til 1/3 del av deltagere.

Premieutdeling på Algarheim skole kl. 15.30.

### Toalett

Toalett /Handicaptaolett på skolen.

### Salg og bespising

Enkelt kiosksalg på arena Algerheim skole.

### Nøkkelpersoner

Løpsleder pre-o + TempO: Alf Stefferud, tlf 99550773, [astefferud@getmail.no](mailto:astefferud@getmail.no)

Kart: Hans Haug Ruud

Løypelegger pre-o + TempO: Hans Haug Ruud, Hans Larsen og Alf Stefferud

Teknisk delegert: Arne Ask

Jury: Opplyses på arena



# PM for NM Pre-o og TempO



## NM TempO søndag 20. september 2015.

### Parkering og start

Langelandsfjellet, Jessheim.

Fra E-6, avkjøring nr. 49, Jessheim syd. Merket fra første rundkjøring Gamle Trondheimsvei, første vei til høyre, senere Langelandsfjellet.

### Løpskontor

Ved parkering og start.

### Kart

Nytegnet kartutsnitt i 2015 - 1:2500, 2 m ekv.

### Start

Første start kl. 10.30, videre løpende start. Startkort utdeles ved start.

Det er fem stasjoner, seks skjermer - A-lfa, B-ravo, C-harlie, D-elta, E-kko, F-oxtrot + Z-ero (Svar høyt og tydelig.) Det er fem oppgaver på hver stasjon.

Det er merket med bånd mellom stasjonene. Avstand fra start til 5 stasjon ca. 400 m.

Fra femte stasjon går en tilbake til start med startkortet.

### Tidsbruk

30 sekunder pr. oppgave = 150 sekunder, varsles når det er 20 sekunder igjen. 30 sekunder i tillegg for feil svar.

### Premieutdeling

kl.13.15 på [Allergot ungdomsskole](#). Medaljer og premier/diplomer etter NOF s regler.

### Adkomst til Allergot ungdomsskolen

Kjør tilbake til rundkjøringen, følg merking videre til skolen, ca 2 km. Parkering ved skolen. P-avgift kr. 50.-.

### Salg og bespisning

Det er ingen kiosksalg ved start.

Salg av varm mat (grillmat) og et rikholdig utvalg av kioskvarer og kaker på arena Allergot ungdomsskole. Muligheter for å oppholde seg inne på skolen i gymsal der det også vil være salg.

**Salg av sportsutstyr.** Sport 8 har salg av sportsutstyr på arena Allergot ungdomsskole.

**Sanitet:** Lege og sanitetsfolk vil være tilstede på arena under alle konkurransedagene.