

Norwegian Spring

PM

23. – 24. April 2016

VÅRSTAFETTEN / VÅRSPRETTEN / SOLRENNINGEN

EM-TESTLØP OG NORGESCUP FOR SENIORER

FELLESOPPLYSNINGER BEGGE DAGER

FRAMMØTE:

Merket fra krysset RV21/FV103 Tistedal. Arena på Lille Erte kunstsneanlegg, Tistedal.

PARKERING:

På fast underlag eller jorde 0-1100m fra arena. Ved kraftig nedbør og våte jorder kan det bli aktuelt å benytte reserveparkering inntil 2700m fra arena. Beregn god tid.

Parkeringsavgift kr 30,- per dag. Kr 50,- ved kjøp av todagersbillett. De som kommer med buss bes ta kontakt med parkeringsansvarlig på tf. +47 991 01 693 snarest.

Arrangøren oppfordrer alle klubber til å organisere samkjøring til løpene.

KART:

Skårefjell, utgitt 2016, 5 meter ekvidistanse. Målestokk 1:15000 for eliteklasser søndag, 1:7500 for løyper med veteranklasser over 60 år, og 1:10000 for øvrige (se løype/klasseoversikt for fullstendig info). Kartet er synfart høsten 2015 av Kenneth Kaisajuntti (nordre del) og Jussi Silvennoinen (søndre del). I områder med mye stein er minstemålet satt til ca 1,5 meter og i mer detaljfattig terreng er steiner under 1,5 meter tatt med der de er tydelige i terrenget. På moreneryggen nærmest arena er løpbarheten generelt noe dårligere enn ellers i terrenget på grunn av stein.

TERRENG:

Terrenget består av variert skogsterreng med hovedsakelig barskog. Vestre og søndre del består i hovedsak av relativt åpen furuskog. Løpbarheten er god, og det finnes også mindre og større innslag av berg i dagen som gjør løpbarheten svært god enkelte steder. Østre del av terrenget består for det meste av granskog. Her varierer løpbarheten noe mer. Det finnes fine partier, men også områder hvor ny eller gammel hogst gjør framkommeligheten dårligere. Det finnes også områder med mye stein, hvor løpbarheten ikke er så god. Terrenget er et populært turområde og inneholder en del merkede stier og skogsbilveier.

POSTBESKRIVELSER:

Postbeskrivelsene er gitt med IOF-symboler. Postbeskrivelse er trykket på løpskartene. I noen tilfeller er disse nedskalert pga. plassmangel. Det er løse postbeskrivelser i alle klasser med unntak av Vårstafetten. Løse postbeskrivelser er normal størrelse og finnes tilgjengelig på start. N-klasser og klassene H-10 og D-10 har i tillegg postbeskrivelse i tekstformat på løpskartene.



Et fellesarrangement mellom
Halden skiklubb og Sarpborg orienteringslag.
Løpets hjemmeside: www.norwegianspring.no



Norwegian Spring

KVITTERINGSSYSTEM:

EMITag og EMIT-brikke benyttes i eliteklassene (junior og senior).
Øvrige løpere benytter EMIT-brikker.

FORBUDTE OMRÅDER:

Det er forbudt å bevege seg i løpsterrenget (syd for løpsarena) før start og etter målgang med unntak av langsmed oppmerket sti/vei til de ulike startene og på oppvarmingskart for eliteløpere på søndag.
Oppvarming/nedjogging kan utføres nord for løpsarena.

RESTRIKSJONER OG SÆRSKILT KARTFORBUD UNDER PÅGÅENDE KONKURRANSE:

Det er ikke tillatt å medbringe gamle kart over løpsområdet til arena. Informasjon fra kart og løyper som utleveres i lagspose eller etter avsluttet løp skal ikke deles med løpere fra andre klasser. Unntak gjelder for ledsagere og veiledere/trenere for løpere under 13 år.

INNSAMLING AV KART:

Kart brukt i eliteklassene samles inn umiddelbart etter målgang inntil siste eliteløper har startet. Innsamlede kart legges ut ved resultattavlen når siste eliteløper har startet.

MAKSIMALTID:

Maksimaltid lørdag er 90 minutter.
Maksimaltid søndag er 180 minutter.

RESULTATER:

Foreløpige resultater blir jevnlig publisert på resultattavla og endelige resultater publiseres på Eventor etter avsluttet konkurranse. GPS-trackingen blir gjort offentlig via link på arrangørens hjemmeside etter at siste EM-testløper har startet.

DIREKTELØYPER:

Påmelding til direkteløyper gjøres ved informasjonsboden. Kart til Direkte N-lang fås utlevert i infoboden ved påmelding, øvrige direkteløyper finnes ved start.

TØY FRA START:

Det blir transport tøy tilbake til arena fra start alle dager.

LAGSPOSER:

Lagsposer utleveres til lagvis for hvert løp. Lagsposen inneholder kart til N-løyper og løpere under 13 år (det finnes ikke ekstrakart til disse klassene ved start), backup-lapper, PM og evt. leiebrikker. På lørdag ligger også startnummer til stafetten i lagsposen.

LEDSAGERKART:

Til ledsagere i N-åpen er det mulig å få egne ledsagerkart i informasjonsboden.

LEIEBRIKKER:

Leiebrikker ligger i lagsposen. Innlevering av leiebrikker og skal skje klubbvis av lagleder i informasjonsboden søndag, eventuelt lørdag dersom det ikke benyttes leiebrikker søndag. Det gjøres oppmerksom på at ikke



Et fellesarrangement mellom
Halden skiklubb og Sarpsborg orienteringslag.
Løpets hjemmeside: www.norwegianspring.no



Norwegian Spring

innleverte leiebrikker faktureres klubben med full pris per brikke. Løpere som skal benytte leie-EMITag må henvende seg til info-boden for å få kvittert ut denne.

GPS:

Alle løpere i klassene D21E og H21E1 skal løpe med GPS-utstyr levert fra Loggator. GPS-utstyret utleveres i eget telt på vei til start og samles inn ved målgang etter hver konkurranse.

STARTNUMMER:

Alle i eliteløpere skal løpe med startnummer (se startliste). Finnes tilgjengelig ved start. Ta med egne sikkerhetsnåler.

DUSJ og TOALETTER:

Ved arena begge dager. I tillegg toalett på vei til start lørdag og start 1 søndag.

BARNEPARKERING:

Gratis, åpen for barn over 2 år. Åpen lørdag kl 10:30-15:00 og søndag kl 08:30-15:00.

SMÅTROLL:

Småtroll er åpen lørdag kl 10:30-14:30 og søndag kl 09.30-13.30 med kortdistanseløype (ta med egen EMIT-brikke hvis du har). Kr. 30 pr dag.

PREMIERING:

Premier til alle fullførende i klasser t.o.m. 12 år inkludert N-åpen. En tredjedel i klassene 13-16 år. En åttendedel i E- og A-klasser for aldersklassene 17-18, 19-20 og 21-. Ingen premiering i direkteklassene. Premie til klassevinnere i øvrige klasser.

SISTE POST:

Det finnes to sisteposter med samme plassering begge dager.

Alle eliteklasser har post med kode 81 plassert lengst opp i svingen på rulleskiløypa, i sydøstre delen av arenaen.

Alle øvrige klasser inkludert stafetten har post med kode 100 plassert ved en stein rett overfor oppløpet.



Norwegian Spring

ARENAKART:



OPPLYSNINGER LØRDAG

START:

Vårstafetten:

Første ordinære start: Kl 11:30.

Avstand til start: Start på arena.

KLASSER, LØPELENGDER, NIVÅ OG KARTMÅLESTOKK

VÅRSTAFETTEN

Klasse	Starttid	Etapper	LøypeleNGder	Nivå	Målestokk
H13-16	Kl 11:30	3	3,8-2,8-3,8 km	B-C-B	1:10000
D13-16	Kl 11:35	3	3,8-2,8-3,8 km	B-C-B	1:10000
H11-12	Kl 11:40	2	2,8 km ugaflet	C	1:10000
D11-12	Kl 11:45	2	2,8 km ugaflet	C	1:10000

Alle løpere i stafetten skal bære startnummer. Startnummer for én løper per etappe ligger i lagsposen. Ekstra kart og startnummer for eventuelle flere løpere på paralleletapper fås ved henvendelse til infoboden – se framgangsmåte nedenfor.



Et fellesarrangement mellom
Halden skiklubb og Sarpsborg orienteringslag.
Løpets hjemmeside: www.norwegianspring.no



Norwegian Spring

Også i år er det mulig med flere løpere på de ugaflede etappene, såkalt parallelle etapper. Hver løper har sin egen brikke.

Påmelding og gjennomføring av stafetten gjøres på følgende måte:

1. Det påmeldes en løper med en brikke pr. etappe i Eventor påmeldingssystem.
2. Hvis laget har 2 eller 3 løpere på samme etappe, gis det altså kun opplysning om en av løperne med navn og brikkenummer pr. etappe ved påmelding i Eventor. De andre løpernes navn og brikker registreres i informasjonsboden på arena på løpsdagen.
3. Det henstilles til lagene om å unngå å forandre brikkenummer i Vårstafetten. Eventuelle brikkeforandringer må dog gjøres senest 1 time før start, og resulterer i at laget faktureres tilsvarende etteranmelding.
4. Den brikken som løperen er påmeldt med må løperen benytte, ellers blir løperen og dermed også laget disket.
5. I klasse D11-12 og H11-12 vil laget få utlevert 2 kart pr. lag i klubbens lagspose. Kart og startnummer til eventuelle ekstra løpere vil bli utlevert ved registrering av disse løperne i info-boden.
6. I klasse D13-16 og H13-16 vil laget få utlevert et kart for 2. etappe i klubbens lagspose. Kart og startnummer til eventuelle ekstra løpere vil bli utlevert ved registrering av løperne i infoboden.
7. Alle løpere nuller sin brikke ved inngangen til start-/vekslingsfelt.
8. Veksling i klasse D11-12 og H11-12 foregår ved at den løperen på laget som har gjennomført første parallelle etappe raskest sender ut alle lagets løpere på andre parallelle etappe ved berøring av en av lagets løpere på denne etappen. Lagets løper på første parallelle etappe som foretar vekslingen må ha godkjent etappe, ellers blir løperen og dermed laget disket.
9. Målgang i klasse D11-12 og H11-12 registreres når den løperen på laget som har gjennomført andre parallelle etappe raskest passerer mål-linjen. Denne løperen må ha godkjent etappe, ellers blir løperen og dermed laget disket.
10. Veksling i klasse D13-16 og H13-16:
Første veksling i klasse D13-16 og H13-16 foregår ved at lagets løper på første etappe sender ut alle lagets løpere på andre etappe (parallell- etappen) ved berøring av en av lagets løpere på denne etappen.
Andre veksling i klasse D13-16 og H13-16 foregår ved at den løperen på laget som har gjennomført parallell-etappen raskest sender ut lagets løper på siste etappe ved overlevering av kart til lagets løper på denne etappen.
Lagets løper på parallell-etappen som foretar vekslingen må ha godkjent etappe, ellers blir løperen og dermed laget disket.
11. Målgang i klasse D13-16 og H13-16 registreres når løperen på tredje etappe passerer mål-linjen.

Vårspretten:

Første ordinære start: Kl 12.30. N-, B- og C-løyper med fristart samt direkteløyper kan starte i tidsrommet kl 12.30-14.30. N-åpen kan starte kl 11.30 og fram til siste ordinære start.

Avstand til start: Ca 1,6 km for det meste langs vei, merket med orange-hvite merkebånd sørvest på løpsarena.

EM-test mellomdistanse (D21E og H21 E1):

Første ordinære start: Kl 11.30.

Avstand til start: Ca 1,6 km for det meste langs vei, merket med orange-hvite merkebånd sørvest på løpsarena.



Et fellesarrangement mellom
Halden skiklubb og Sarpsborg orienteringslag.
Løpets hjemmeside: www.norwegianspring.no



Norwegian Spring

Tabell løyper/klasser

Løype	Klasser	Lengde (km)	Målestokk
101	H21E1	6,2	1:10000
102	H21E2	5,9	1:10000
103	D21E	5,0	1:10000
104	H 19-20 E	5,4	1:10000
105	D 19-20 E	3,9	1:10000
106	H 17-18 E	5,0	1:10000
107	D 17-18 E	3,5	1:10000
108	H 17-, H35-, H40-	4,6	1:10000
109	H45-	4,4	1:10000
110	D17-, D35-, D40-	3,6	1:10000
111	H50-	4,1	1:10000
112	D45-	3,5	1:10000
113	H55-	3,3	1:10000
114	D50-, H60-	3,0	1:7500
115	D55-, H65-, H70-	2,5	1:7500
116	D60-, D65-, D70-, D75-, D80-, D85-, H75-, H80-, H85-	2,1	1:7500
118	D-10, H10	2,3	1:10000
119	D11-12N, D13-16N, D17-N, H11-12N, H13-16N, H17N	2,0	1:10000
120	N-Åpen	2,2	1:10000
121	Direkte A	4,7	1:10000
122	Direkte B, D17-B, H17-B	2,7	1:10000
123	Direkte C, D17-C, H17-C	2,4	1:10000
124	Direkte N-lang	4,4	1:10000

FORBUDTE OMRÅDER:

Det er forbudt å løpe over private områder (hager og andre opparbeidede areal (markert med olivengrønt på kartet, men ikke merket i terrenget).

POSTER:

Postene ligger tett i enkelte områder. Kontrollér kodene nøye før stempling.



Et fellesarrangement mellom
Halden skiklubb og Sarpsborg orienteringslag.
Løpets hjemmeside: www.norwegianspring.no



Norwegian Spring

OPPLYSNINGER SØNDAG

START:

Solrenningen:

Første ordinære start: Kl 10.30. N-, B- og C-løyper med fristart samt direkteløyper kan starte i tidsrommet kl 10.30-12.30. N-åpen kan starte kl 09.30 og fram til siste ordinære start.

EM-test langdistanse (D21E og H21E1):

Første ordinære start: Kl 09.00.

Det er to forskjellig starter. Se tabell for hvilke klasser som starter hvor.

Start 1: Merket med orange-hvite merkebånd. Ca 2,5 km å gå for det meste langs vei, men også noe sti og hogstfelt. Vær oppmerksom på at hogstfeltet er plantefelt og ta hensyn til de små granplantene

Start 2: Merket med orange-blå merkebånd. Ca 900 meter å gå langs vei og sti. Vær oppmerksom på at starten er plassert på/ved et plantefelt. Ta hensyn til de små granplantene.

Merking både til start 1 og start 2 starter sørøst på løpsarena.

Tabell løyper/klasser

Løype	Klasser	Lengde (km)	Målestokk	Start
301	H21E1	15,6	1:15000	Start 1
302	H21E2	12,8	1:15000	Start 1
303	D21E	10,0	1:15000	Start 1
304	H19-20E	10,3	1:15000	Start 1
305	D19-20E	6,9	1:15000	Start 1
306	H17-18E	8,1	1:15000	Start 1
307	D17-18E	6,2	1:15000	Start 1
308	H17-AL, H35-, H40-	7,4	1:10000	Start 1
309	H45-	7,0	1:10000	Start 1
310	H50-, D17-AL	6,4	1:10000	Start 1
311	H55-, H17-AK	5,9	1:10000	Start 1
312	H15, H16	5,5	1:10000	Start 1
313	D35-, D40-, D45-	5,5	1:10000	Start 1
314	H60-, H65-	4,7	1:7500	Start 2
315	D15, D16	4,3	1:10000	Start 1
316	D50-, H40-AK, D17-AK	4,3	1:10000	Start 1
317	H70-, D55-, D60-, H50-AK	3,6	1:7500	Start 2
318	H75-, H80-, H85-, D65-, D70-, D75-, D80-, D85-, D40-AK, D50-AK	3,0	1:7500	Start 2
319	H13, H14, H15-16B	4,1	1:10000	Start 1
320	D13, D14, D15-16B	4,1	1:10000	Start 1
321	H17-C, D17-C, H13-16C, D13-16C	3,3	1:10000	Start 2
322	H11-12, D11-12	2,7	1:10000	Start 2
323	H-10, D-10	2,2	1:10000	Start 2
324	H17-N, D17-N, H13-16N, D13-16N, H11-12N, D11-12N	2,5	1:10000	Start 2
325	N-åpen	2,2	1:10000	Start 2
326	DIR-AL	7,2	1:10000	Start 2
327	DIR-AK	4,1	1:10000	Start 2
328	DIR-B, H17-B, D17-B	4,0	1:10000	Start 2
329	DIR-C	3,1	1:10000	Start 2
330	DIR-N-lang	8,0	1:10000	Start 2



Et fellesarrangement mellom
Halden skiklubb og Sarpsborg orienteringslag.
Løpets hjemmeside: www.norwegianspring.no



Norwegian Spring

VÆSKEPOSTER:

Det er tre væskeposter i H21E1. I D21E, H21E2 og H19-20E er det to væskeposter. Andre løyper lengre enn 5 km har en væskepost.

MELDEPOSTER:

Det er meldeposter og forvarsel i eliteklassene som følges opp av speaker. I tillegg finnes det onlineposter i andre klasser.

FORBUDTE OMRÅDER:

Det er strengt forbudt å løpe på eller langs jernbanen som går i vestre kant av kartet. Det går et gjerde langs jernbanen og o-løpere må holde seg på skogssiden av dette gjerdet. Vær oppmerksom på at gjerdet ikke nødvendigvis er like tydelig alle steder.

DYRETRÅKK:

På slutten av løypene kan løperne komme i kontakt med dyretråkk (svinestier). Disse er ikke tegnet inn på kartet.

OPPVARMINGSKART:

For eliteløpere vil det være oppvarmingskart tilgjengelig. Kartene deles ut på vei til start ved utgang fra arena. Kartet er i målestokk 1:15000. Det er ingen poster i terrenget. Oppvarming må kun skje innenfor dette kartområdet.

MERKING NYBEGYNNERLØYPER:

Mellom 1. og 3. post er det i klassene H-10, D-10, H17-N, D17-N, H13-16N, D13-16N, H11-12N og D11-12N merket med hengende merkebånd langs en utydelig sti slik at den skal bli lettere å følge.

LØPSLEDELSE BEGGE DAGER:

Løpsleder: Jostein Tafjord info@norwegianspring.no

Løypeleggere:

Eva Jurenikova: Vårstafetten, Vårspretten, EM-test mellom (Norgescup).

Øyvind Helgerud: Solrenningen, EM-test lang (Norgescup).

TD: Jan A. Johnsen og Kenneth Buch (EM-test) og Bernt O. Myrvold (øvrige klasser).

Jury: Opplyses på løpet



Et fellesarrangement mellom
Halden skiklubb og Sarpsborg orienteringslag.
Løpets hjemmeside: www.norwegianspring.no



~~Norwegian Spring~~



Sport8 kommer med salgstelt på arena begge dager og har godt utvalg av sesongens varer!



STOLTE HOVEDSPONSORER TIL NORSK ORIENTERING!



Et fellesarrangement mellom
Halden skiklubb og Sarpsborg orienteringslag.
Løpets hjemmeside: www.norwegianspring.no

