

PM

Nordnorsk mesterskap i orientering 2020 Sørreisa 21.-23. august



«I Sørreisa kan man springe i tøfler»
(Bjørnar Valstad; fire ganger verdensmester i orientering)

NNM-jury:

Trine Alsos, Troms O-krets (juryleder)
Martin Frischknecht, Finnmark O-krets
Hilde Sofie Hansen, Nordland O-krets

Oppdateringer:

- 11.8: Opplysninger om jury er satt inn.
- 16.8: Ny kartmålestokk på langdistansen for klassene D/H 13-14, D 60, D 70, H 70, D 80 og H 80.
- 17.8: Ekstra smittevernstiltak: Starterne kan illegge startnekt, og kartene dras inn etter målgang.
- 17.8: Opplysninger om startpost og veksling på stafetten er satt inn.
- 19.8: Presisering angående lagspose og utdeling av kart.
- 20.8: Presisering angående de to lengste løypene på sprinten: Begge runder er trykt på samme kart.

Generelt for alle tre dager - Smittevern

Pågående koronaviruspandemi vil påvirke den praktiske gjennomføringen av årets nordnorske mesterskap (NNM), men forhåpentligvis uten at dette vil gå utover det sportslige aspektet. Ulike smitteforebyggende tiltak vil bli iverksatt med bakgrunn i Norges orienteringsforbunds [Veileder for orienteringsløp med begrenset deltakelse](#). Vi ber alle sette seg inn i denne.

Med bakgrunn i veilederen gjelder blant annet følgende for årets NNM:

- Personer som har symptomer på luftveisinfeksjon skal ikke delta (heller ikke ved milde symptomer). Dette gjelder også personer som er i karantene eller isolasjon.
- Møter noen opp til start med luftveisinfeksjonssymptomer, har starterne myndighet til å ilegge dem startnekt.
- Generelle smittevernsanbefalinger skal følges. Det skal bl.a. tilstrebes å holde en avstand på minst 1 meter til personer som ikke tilhører samme husstand.
- Det er utplassert desinfeksjonsmiddel og rent vann ved start og mål, samt ved toaletter. Alle skal vaske hender og EKT-brikke i desinfeksjonsmiddel før de går inn i startbåsene. Etter målgang skal det samme gjøres før brikken blir avlest. Ved toalettbesøk skal hender vaskes både før og etter besøket.
- Det foregår salg på arenaen alle tre dager. Ingen selvbetjening. Alle varer leveres ut av salgsfunksjonærene. Betaling skjer via Vipps, eventuelt sendes faktura i ettertid til den enkelte klubb for hva deres medlemmer har kjøpt.
- Det deles ikke ut løperdrikke etter målgang.
- Løpskartene blir samlet inn etter målgang. Løpene blir lagt ut i PDF-format på [NNMs hjemmeside](#) snarest mulig etter løpets slutt.
- Det blir ikke premieutdeling på arenaene. Under årets NNM vil premier bli utlevert slik: På lørdag vil arrangøren overlevere til hver klubb alle premiene som klubbens løpere har vunnet på sprinten fredag. Premiene vil bli merket med den enkelte løpers navn. Klubbene må foreta videre overlevering internt til de respektive løpere. Det samme gjelder søndag, da premiene for langdistansen vil bli utlevert vil bli utlevert til de respektive klubber før stafetten starter. Stafettpremier vil bli utlevert til de respektive klubber straks plasseringen er bekreftet. Forlater noen klubber arenaen på søndag før premier er klar, vil eventuelle premier bli ettersendt. Det samme gjelder hvis noen klubber ikke vil være representert på arenaen påfølgende dag, f.eks. hvis noen klubber ikke skal springe stafett. Får vi ikke delt ut premiene til de klubbene det gjelder før de forlater Sørreisa, vil vi ettersende premiene.
- Prinsippet kom-løp-dra hjem vil gjelde, og ingen skal være på arenaen lenger enn nødvendig. Hva som skal regnes som «nødvendig» tid blir opp til den enkelte å avgjøre.

Smittevernansvarlig for NNM er Guri Løkse, tlf. 97518335. Hun vil påse at reglene blir overholdt, og har myndighet til å avblåse konkurransen og/eller bortvise personer dersom kravene til smittevern ikke overholdes. Får noen symptomer på luftveisinfeksjon i løpet av NNM, skal Guri straks varsles.



KORONAVIRUS

Fredag 21. august: NNM sprint

Arena	Grusbanen ved Sørreisa stadion.
Veibeskrivelse	Kjør over brua i Sørreisa sentrum, i retning Dyrøy. Ta første vei til venstre etter brua, og deretter andre vei til høyre (Kapellveien). Kjør forbi kapellet og rett frem helt til du får Sørreisa stadion på din høyre side. Ta til høyre etter stadion. Følg merking.
Parkering	Rett ved arena. Gratis parkering.
Kart	«Brekka». Sprintnorm. Nyutgitt 2020. Trykt på vannfast papir.
Livelox	Ja. Kartet er georeferert for Livelox.
Terreng	Stort sett åpen og lettløpt skog med en del stier. Østre del har tettere skog og frodigere vegetasjon. O-sko anbefales.
Løypelegger	Ivar Helgesen.
Lagspose (én lagspose per klubb for hele NNM)	Fås ved henvendelse til løpskontoret på arenaen. Inneholder oversikt over starttidspunkt for klubbens løpere for alle løp, *kart for sprinten for løpere i klasser som skal ha kartet på forhånd, leiebrikker for de løperne som har bestilt dette, startnumre, sikkerhetsnåler til startnumre og Sørreisa OL-jubileumspins. *: Kart for øvrige dager deles ut ved henvendelse til løpskontoret den respektive løpsdag.
Stemplingsmetode	EKT (Emit).
Leiebrikker	Ligger i lagsposen. Husk å levere leiebrikker tilbake.
Første start	Kl. 1800. Fri start fra kl. 1700 for klassene N-åpen og C-åpen.
Avstand til start	Cirka 100 meter.
Startpost	Nei. Orienteringen starter ved start.
Klasser og løypelengder	Målestokk 1:4000, to runder (begge trykt på samme ark): 2,8 km: D/H 21, H 17-20, H 40 2,4 km: D 17-20, H 15-16, D 40, H 50 Målestokk 1:3000: 1,9 km: D 15-16, D 50, H 60 1,7 km: D/H 13-14, D 60, H 70 1,5 km: D 70, D 80, H 80 1,3 km: C-åpen 1,1 km: N-åpen, D/H 11-12 Postene henger tett! Sjekk koder!
Utdeling av kart	For forhåndspåmeldte i klasse N-åpen, C-åpen og D/H 11-12 er kartene puttet i lagsposen. Løpere som ikke har meldt seg på på forhånd og ønsker å delta i N-åpen, må ta kontakt med løpskontoret på arenaen for påmelding, kart og eventuelt brikke.
Ekstra postbeskrivelser	Fås ved start.
Startnumre	Ligger i lagsposen. NB! Hver løper skal bruke samme startnummer både fredag og lørdag.
Vask	Våtklut.
Premieutdeling	Se «Generelt for alle tre dager - Smittevern» lenger opp.
Salg på arena	Ja. Se «Generelt for alle tre dager - Smittevern» lenger opp.
Barneparkering/Småtroll	Ja.
Løpsledelse	Jon Helge Vaeng, tlf. 99291425.

Lørdag 22. august: NNM langdistanse

Arena	Jorde ved oppkjøring til Skardalen i Skøelv.
Veibeskrivelse	Kjør mot Skøelv fra Sørreisa sentrum, dvs i retning Dyrøy. Etter cirka 4,5 km får man Skøelv barneskole på høyre side. Fortsett litt til, og man får Skøelv kapell på venstre side. Ta av i dette krysset og fortsett rett frem i cirka 2,9 km til man kommer til krysset der veien opp mot Skardalen starter. Følg merking.
Parkering	Rett ved arena. Gratis parkering.
Kart	«Vendingselfa». Målestokk 1:12500 / 1:10000 / 1: 7500, ekvidistanse 5 m. Utgitt 2004, revidert 2020. Målestokk 1:12500: H 21, D 21, H 17-20, H 40. Målestokk 1:7500: D/H 13-14, D 60, D 70, H 70, D 80 og H 80. Målestokk 1:10000: Alle øvrige klasser. Trykt på vannfast papir.
Livelox	Ja. Kartet er georeferert for Livelox.
Terreng	Grovkupert. God løpbarhet. Myrer. Innslag av tett vegetasjon. Frodig undervegetasjon i partier av terrenget.
Løypelegger	Hans-Martin Vaeng.
Lagspose (én lagspose per klubb for hele NNM)	Fås ved henvendelse til løpskontoret på arenaen. Inneholder oversikt over starttidspunkt for klubbens løpere for alle løp, *kart for løpere i klasser som skal ha kartet på forhånd, leiebrikker for de løperne som har bestilt dette, startnumre, sikkerhetsnåler til startnumre og Sørreisa OL-jubileumspins. *: Se «Utdeling av kart»
Stemplingsmetode	EKT (Emit).
Leiebrikker	Ligger i lagsposen. Husk å levere leiebrikker tilbake.
Første start	Kl. 1100. Fri start fra kl. 10.00: N-Åpen. Fri start fra kl. 11.00: N2-åpen 10-16, N2-åpen 17-, C-åpen 10-16, C-åpen 17-. B-åpen 10-16, B-åpen 17-, AK-åpen, AL-åpen <u>Alle</u> klasser starter fra startsted, ingen klasser starter fra arena.
Avstand til start	Cirka 1 km / 15 minutter, svak stigning
Startpost	Nei. Orienteringen starter ved start.
Klasser og løypelengder	11,8 km: H 21 8,3 km: D 21, H 17-20, H 40 6,9 km: H 15-16, D 17-20, H 50 5,5 km: AL-åpen, D 15-16, D 40, H 60 4,1 km: AK-åpen, D 50 3,9 km: B-åpen 17- 3,8 km: D/H 13-14, D 60, H 70 3,0 km: C-åpen 17- 2,7 km: N2-åpen 17- 2,6 km: D 70, D 80, H 80 2,6 km: B-åpen 10-16 2,3 km: D/H 11-12, C-åpen 10-16 2,1 km: D/H 9-10, N2-åpen 10-16 1,3 km: N-åpen

Merking av strekk	I klassene D/H 9-10, N2-åpen 10-16, D/H 11-12, C-åpen 10-16 og N2-åpen 17- er det hengt opp merkebånd mellom postene på noen strekk. På kartet er disse strekkene tegnet inn med - - - i stedet for heltrukne streker.
Kryssing av elv	De fem lengste løypene krysser to ganger ei elv som heter Vendingselva. I enkelte partier kan det være utfordrende å passere elva. Dette er på kartet markert som skravert område. Ingen strekk i noen av løypene gjør det naturlig å måtte krysse elva i dette området ved første gangs passering. Ved siste gangs passering <i>skal</i> passering skje der vei krysser elva. Dette er markert på kartet som et obligatorisk krysningspunkt og fremgår på postbeskrivelsen.
Væskepost	Klassene H 21, D 21, H 17-20 og H 40 har en væskepost. Denne er avmerket på postbeskrivelsene med et drikkesymbol.
Utdeling av kart	For forhåndspåmeldte i klassene N-åpen, N2-åpen 10-16, N2-åpen 17-, C-åpen 10-16, D/H 9-10, D/H 11-12 utleveres kartene ved henvendelse til løpskontoret løpsdagen. Løpere som ikke har meldt seg på på forhånd og ønsker å delta i N-åpen, må ta kontakt med løpskontoret på arenaen for påmelding, kart og eventuelt brikke.
Ekstra postbeskrivelser	Fås ved start.
Startnumre	Ligger i lagsposen. NB! Hver løper skal bruke samme startnummer både fredag og lørdag.
Vask	Våtklut.
Premieutdeling	Se «Generelt for alle tre dager - Smittevern» lenger opp.
Salg på arena	Ja. Se «Generelt for alle tre dager - Smittevern» lenger opp.
Barneparkering/Småtroll	Ja.
Løpsledelse	Jon Helge Vaeng, tlf. 99291425.

Søndag 23. august: NNM stafett

Arena	Jorde ved oppkjøring til Skardalen i Skøelv.
Veibeskrivelse	Kjør mot Skøelv fra Sørreisa sentrum, dvs i retning Dyrøy. Etter cirka 4,5 km får man Skøelv barneskole på høyre side. Fortsett litt til, og man får Skøelv kapell på venstre side. Ta av i dette krysset og fortsett rett frem i cirka 2,9 km til man kommer til krysset der veien opp mot Skardalen starter. Følg merking.
Parkering	Rett ved arena. Gratis parkering.
Kart	«Vendingselfa». Målestokk 1:10000, ekvidistanse 5 m. Utgitt 2004, revidert 2020. Trykt på vannfast papir.
Livelox	Ja. Kartet er georeferert for Livelox.
Terreng	Grovkupert. God løpbarhet. Myrer. Innslag av tett vegetasjon. Frodig undervegetasjon i partier av terrenget.
Løypelegger	Hans-Martin Vaeng.
Lagspose (én lagspose per klubb for hele NNM)	Fås ved henvendelse til løpskontoret på arenaen. Inneholder oversikt over starttidspunkt for klubbens løpere for alle løp, *kart for løpere i klasser som skal ha kartet på forhånd, leiebrikker for de løperne som har bestilt dette, startnumre, sikkerhetsnåler til startnumre og Sørreisa OL-jubileumspins. *: Se «Utdeling av kart»
Stemplingsmetode	EKT (Emit).
Leiebrikker	Ligger i lagsposen. Husk å levere leiebrikker tilbake.
Første start	Kl. 0930. Fri start fra kl. 09.00: N-åpen og C-åpen.
Avstand til start	Ingen. Start skjer på arena.
Startpost	For alle etapper starter orienteringen på startpost cirka 100 meter etter start. Følg merking. Alle <i>skal</i> springe innom startpost.
Klasser og løypelengder	D 13-16: 2 etapper á 2,2-2,3 km. H 13-16: 2 etapper á 2,3-2,4 km. D 15: 3 etapper á 3,7-3,8 km. H 15: 3 etapper á 4,5-4,9 km. D 150: 3 etapper: 3,1 km – 2,6 km – 3,1 km. H 150: 3 etapper: 4,1 km – 3,6 km – 3,6 km. Mix: 3 etapper á 2,6-3,1 km. Gafling benyttes. N-åpen, individuell klasse: 1,8 km. C-åpen, individuell klasse: 2,4 km.
Kryssing av elv	På alle etapper i H 15 og på den lengste etappen i H 150 krysser løypene to ganger ei elv som heter Vendingselfa. I enkelte partier kan det være utfordrende å passere elva. Dette er på kartet markert som skravert område. Ingen strekk på noen av etappene gjør det naturlig å måtte krysse elva i dette området ved første gangs passering. Ved siste gangs passering <i>skal</i> passering skje der vei krysser elva. Dette er markert på kartet som et obligatorisk krysningspunkt og fremgår på postbeskrivelsen. Øvrige klasser krysser ikke elva.

Lagoppstilling	Hvis lagoppstilling ikke er lagt inn i Eventor på forhånd, må den leveres til løpskontoret på arenaen innen lørdag kl. 15.00.
Veksling	<p>Innkommende løper løper igjennom målseilet, stempler på målpost, fortsetter bort til vekslingsfeltet og klapper neste løper på skulderen. Neste løper tar selv nytt kart som er oppslått på tavle ved vekslingsfeltet. Det er løperens eget ansvar å ta riktig kart. Neste løper følger merking mot startpost hvor orienteringen starter. Startpost er i umiddelbar nærhet av vekslingsfeltet.</p> <p>Målpost/målbukker er satt opp <i>etter</i> målseilet i tilfelle spurtduell mellom flere lag da vi kun har to målposter. For sisteetappeløperne er det første mann over som målstreken teller, ikke første mann på målposten. Flere måldommere vil være på plass.</p> <p>Etter at sisteetappeløperne har kommet over målstreken blir disse umiddelbart sluset i rett rekkefølge mot målposten for å få stemplet der og registrert en sluttid for laget.</p> <p>For alle etapper: Husk å stemple på nullposter før start. Det vil være tre nullposter man kan nulle ut på. Disse vil bli plassert i start-/vekslingsområdet.</p>
Utdeling av kart	<p>For forhåndspåmeldte i klasse N-åpen og C-åpen utleveres kartene ved henvendelse til løpskontoret løpsdagen.</p> <p>Løpere som ikke har meldt seg på på forhånd og ønsker å delta i N-åpen, må ta kontakt med løpskontoret på arenaen for påmelding, kart og eventuelt brikke.</p>
Ekstra postbeskrivelser	For stafetten er postbeskrivelsene kun trykket på kartet.
Startnumre	Ligger i lagsposen. Stafettnumre skal brukes.
Vask	Våtklut.
Premieutdeling	Se «Generelt for alle tre dager - Smittevern» lenger opp.
Salg på arena	Ja. Se «Generelt for alle tre dager - Smittevern» lenger opp.
Barneparkering/Småtroll	Ja.
Løpsledelse	Jon Helge Vaeng, tlf. 99291425.

Info om overnatting i egen bil, campingvogn eller telt:

Som det fremgår i innbydelsen, blir det ikke tilbydt overnatting på hardt underlag (klasserom eller lignende). De som kommer med egen bil, campingvogn eller telt, kan overnatte ved **Skøelv stadion**. Overnatting utenfor Skøelv skole utgår. Spørsmål angående overnatting kan rettes til Helene Aspevoll, tlf. 938 39 913, e-post: helene.aspevoll@gmail.com

Sørreisa O-lag takker våre støttespillere:



Sørreisa kommune

SALG - SERVICE - DELER - BILUTLEIE

BAKKEHAUG BIL AS

9310 SØRREISA - TLF. 77 86 29 00

BB

as FERDIGHUS



Revisorkompaniet

Tromsø

EFFEKTIV Autorisert regnskapsførerselskap
REGNSKAPSSERVICE AS