

Velkommen til

NORSK O-FESTIVAL 2011, SØNDAG 26. JUNI

STAFETT MELLOMDISTANSE



Berger stadion, Nesodden.

**Arrangører: Norsk O-festivalallianse, Måren OK og
Nesodden IF.**

LØPSINFORMASJON SØNDAG, STAFETT OG MELLOMDISTANSE

Tidsplan, søndag 26. juni

08.30 Arena åpner på Berger Stadion
10.00-11.30 Start individuelle klasser O-Festivalen.
10.00-15.00 Barnefestival og barneparkering.
11.00 Start H13-16
11.20 Start H-Åpen
11.30 Start D13-16
11.40 Start D-Åpen
12.00 Start lagkonkurranse H/D-12
ca.12.25 Målgang H13-16
ca.13.00 Målgang D13-16
ca.13.45 Målgang D-Åpen
ca.14.20 Målgang H-Åpen
ca.14.30 Omstart alle klasser
17.00 Arena og overnatting stenger.

Adkomst/Parkering

Arena for Norsk O-Festival 2011 er på Berger stadion, Nesodden, alle tre dager.

For ankommende med bil vil det være merket fra fv. 156, ca. 4km sør for Nesoddtangen. Arena ligger ca. 25km fra E6 (Vinterbro). Veien til arena (fv 156) vil bli sterkt trafikkert i forbindelse med arrangement, og alle deltagere bes beregne god tid. Vi oppfordrer til samkjøring og bruk av kollektiv transport!

Parkering for privatbiler skjer på arealer rundt Berger skole og Nesodden videregående skole. **Ingen avstigning/stopp ved Berger stadion. Følg parkeringsvaktens anvisninger!** Parkering er nær arena for alle biler, fra 200 til 800 meter å gå. Barnevognvennlig. Parkeringsavgift kroner 40 pr. dag.

Arena ligger kun 35 minutter med ferje og buss fra Oslo sentrum. Ta Nesoddbåten (båt 601) fra Aker brygge og korresponderende buss (nr. 611) til Berger stadion. Det er ikke mulig å ta med bilen på Nesoddbåten. Bussbilletten er inkludert i båtbilletten. Ruter skal ha ekstra busskapasitet på de aktuelle avgangene, men **beregn god tid!** Det mulig å ta sykkel på Nesoddbåten. Båtene går fra Aker brygge 8.02, 9.32 og deretter normalt 32 minutter over hver hele time på søndag. Se www.trafikanten.no for oppdaterte rutetider.

Sportssalg

Trimtex og Sport 8/Craft har store butikker med salg av o-utstyr og annet sportsutstyr på arena alle dager. Benytt sjansen til å sikre deg nødvendig utstyr foran høstsesongen!

Løpskontor

Løpskontoret ligger sentralt ved første hus etter inngang på arena. Lagposene hentes på løpskontoret (én for hver klubb). Kontakt løpskontoret for praktiske spørsmål, mistet/funnet og lignende.

Startnummer

Startnummer skal bæres av alle løpere i alle klasser. Startnummer og sikkerhetsnåler ligger i lagsposen. Det er ikke tillatt å brette bort deler av startnummeret og det skal festes skikkelig slik at det er synlig under hele konkurransen.

Kart

Tomåsan (1:10000), Bjørnemyr (1:10000) og Bjørnemyr (1:5000).

Utgitt 2011 av Nesodden IF

Se løypeoversikten for hvilken målestokk de ulike klassene har.

Synfaring og rentegning: Kristen Treekrem.

Trykk: Luchs kart og trykk (1:10000, offset). Hamar OK v/Terje Gudbrandsen (1:5000, utskrift).

Løypetrykk: Benjamin sats & trykk og Kristen Treekrem.

Spesielle detaljer

Svart ring: Lekehytter, åpne bålplasser, sykkelramper, lavvo, o.l

Svart kryss: Store infotavler, bilvrak og gjenstander av metall.

Terreng

For det meste åpen furu- og granskog med mange stier. I området nær arena er det noen partier med tett vegetasjon. Det er enkelte bratte områder, hvor vi ber løperne vise spesielt hensyn. Vær oppmerksom på at det etter to dagers konkurranser kan ha oppstått tråkk i terrenget som ikke er markert på kartet.

Forbudte områder

Løperne vil komme i kontakt med et jorde sørvest for arena. Det går en sti i kanten av jordet som er tillatt å løpe på. Kantløping andre steder er forbudt. Respektér sperrebåndene! For å gi plass til postnummer på kartene er det åpninger i skraveringen av det forbudte området, men hele jordet er selvfølgelig forbudt område. Løping på forbudt område medfører diskvalifisering.

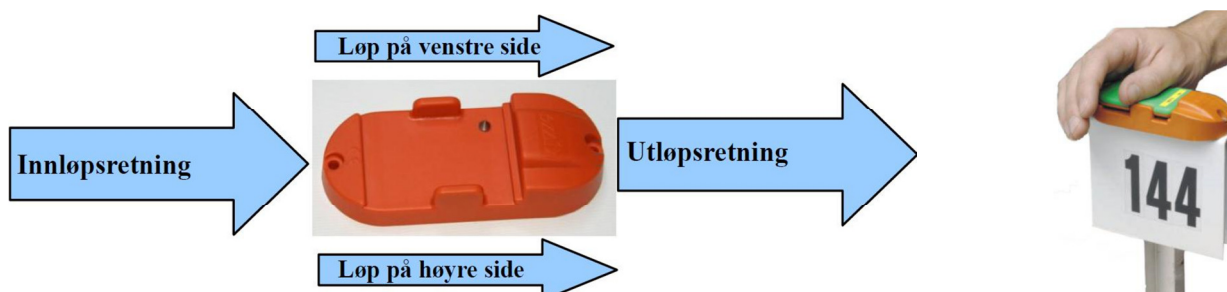
Stempling

Siden Emits stemplingsystem ikke er retningsnøytralt, må en forsøke å optimalisere plasseringen av - og orienteringen til postenhetene.

I et O-løp vil innløpsretning kunne variere på grunn av veivalg, og det er gjerne mange løyper som har de samme postene, gjerne med ulik innløpsretning. Dette betyr at det nødvendigvis blir en del kompromisser. Målet må imidlertid være å plassere og orientere enhetene slik at flest mulig skal få greiest mulig stempling, og skal kunne "løpe gjennom" posten.

Prinsipper: Det bør være mulig å passere på begge sider av stemplingsenheten, slik at både venstre- og høyrehåndsstempling skal gå greit. Enhetene bør orienteres slik at åpningen peker mot løperen når denne kommer inn til posten (i noen tilfeller kan det også være aktuelt å orientere enheten slik at åpningen vender vekk fra utløpsretningen).

Figuren til venstre under viser ideell plassering og orientering av en postenhet i forhold til innløps- og



utløpsretning. Figuren til høyre viser en vanlig måte å holde løperenheten på.

Backuplappen benyttes dersom elektronisk stempling ikke er registrert. For å få gyldig backup må løperenheten legges i postenheten på korrekt måte.

Poster

Postene ligger tett, så sjekk postkoden. Merk at det er 2 ulike sisteposter: En for stafettklassene og en for individuelt løp og lagkonkurranse. Ingen væskeposter søndag.

Bekledning

NOFs regler skal følges, det vil si at løpsantrekket skal dekket hele kroppen, unntatt hode, hals og armer.

Leiebrikker

Eventuelle leiebrikker ligger i lagsposen og er felles for alle løpsdagene. Leiebrikken skal returneres ved målgang, eller leveres til løpskontoret. For bestilte leiebrikker blir manglende innlevering fakturert.

Resultater

Resultatlistene henges opp fort-løpende på arena. Resultatlistene og strekktider legges ut på nettet samme dag.

Live resultater, speakerlyd og GPS-tracking for stafettklassene blir tilgjengelig på www.o-festivalen.com.

Barnefestival/barneparkering

Barneparkering finnes sentralt på arena. Åpent fra 10-15.00. Årets barnefestival, mor-o-festivalen er plassert i østre del av arenaen og er beregnet på barn 5-13 år. Pris kroner 100 for hele helga. Flotte premier!

Toaletter

Toaletter finnes sør på arena. Det er også toaletter ved start 1.

Dusj

Innendørs dusj med noe begrenset kapasitet på klubbhuset sentralt på arena. Tenk på at de etter deg også gjerne vil ha litt varmt vann! Vi henstiller til deltakere som overnatter på skole om å benytte dusjene på overnattingsstedet.

Premiering

Lagkonkurransen: Premier til alle

D/H13-16 stafett: 1/3 premiering

D/H-Åpen stafett: 1/8 premiering

N-Åpen + klasser til og med 12 år: Premie til alle

D/H13-16: 1/3 premiering.

D/H17-34 A- og E: 1/8 premiering.

Øvrige ordinære klasser: 1-3 premier avhengig av antall startende.

Direkteklasser: Premier trekkes blant de startende.

Premieutdeling for stafettene vil starte fra ca. kl. 13. Klasser til og med 12 år kan hente sine premier ved premiebordet fortløpende etter målgang. Øvrige klasser kan hente sine premier ved premiebordet når resultatlistene er klare. Premier ettersendes ikke.

Hovedfunksjonærer

Arrangementsleder: Jørn Sundby

Løpsleder: Ivar Maalen, Ås

Løypeleggere søndag: Knut Bjørkelo, Kolbotn & Skimt OL (stafett). Geir Trøan, Kolbotn & Skimt OL (individuell).

Teknisk delegerte NOF

Petter Fure og Jan Arild Johnsen

Jury

Unni Strand Karlsen, Leif Størmer og Jack Bjørnsen.

Informasjon stafett

Lagoppstilling for stafetten

Lagoppstilling med brikkenummer skal registreres online (se under «[påmelding](#)» på nettsiden) innen lørdag kl. 20:00.

NB: Displaybrikker kan ikke brukes i stafetten (lagkonkurransen og individuelt løp er ok). Løpere som trenger å låne brikker uten display til stafetten kan gjøre dette uten kostnad på løpskontoret i løpet av lørdagen.

Eventuelle endringer søndag skal levers skriftlig til løpskontoret på skjema som ligger i lagsposen for søndag. Frist for endring av lagoppstilling er klokken 10.00.

Start/Startprosedyre

NB: Alle løpere i de 4 stafettklassene skal bruke EmiTag armbånd for identifisering og mellomtider!

Starten for stafettklassene foregår på grusplassen nordvest for stadion. Inngang til start/vekslingsfelt skjer kun gjennom telt for utdeling av EmiTag, sjekk av brikkenummer og nulling av Emitbrikke. Løperen må selv sørge for å passere denne inngangen senest 10 minutter før sin forventede start. Ta høyde for at køer vil oppstå!

Vekslingsprosedyre

Stafettløpere kommer fra siste post i det venstre innløpet (nærmest gressbanen). Etter kryssing av målstreken tar inngående løper til venstre, tar riktig kart fra kartplanken og overleverer til utgående løper over stadijongjerdet. Innkommende løper fortsetter raskt i slusen langs stadijongjerdet mot avlesning av løperbrikke.

Det er løpers ansvar å ta riktig kart, sjekk at både lag- og etappennummer er korrekt. Lag som løper med feil kart blir diskvalifisert. Hvis kart mangler så er reservekart tilgjengelig fra funksjonær i vekslingsområdet.

Tidtaking/Mål stafett

Alle løpere i de fire stafettklassene skal bruke EmiTag under løpet i tillegg til sin egen Emit-brikke. EmiTag'en deles ut ved inngang til startfeltet og festes på armen med en borrelåsreim. Den samles inn umiddelbart etter målplassering. EmiTag brukes kun for overføring av mellomtider og for å registrere løperen i mål. Offisiell tid tas ved passering av mållinjen. Målgang er i samme innløpssluse som veksling. Ingen stemping på målstreken! Ved målgang vil kamera for fotofinish bestemme rekkefølgen ved jevne dueller.

Det brukes Emit-brikke til stemping og postkontroll. Sjekk brikkenummer mot startlisten for hver etappe. Det er svært viktig at riktig brikke brukes for hver enkelt etappe. NB: Displaybrikker kan ikke brukes i stafetten (lagkonkurransen og individuelt løp er ok). Løpere som trenger å låne brikker uten display til stafetten kan gjøre dette uten kostnad på løpskontoret i løpet av lørdagen.

Rød sone

Etter målplassering kontrolleres brikken. Hvis kvitteringen ikke kan godkjennes blir løperen henvist til Rød sone. Der blir det opplyst om hvorfor løpet ikke er godkjent.

Det kan være flere grunner til at løperen blir sendt til rød sone.

- Man har vært på feil post, tatt postene i feil rekkefølge eller mangler kvittering fra en eller flere poster.
- Brikkenummeret er feil (kan rettes opp).
- Brikken er ikke nullstilt (for eksempel glemt å legge brikken i startenheten rett før start).
- Brikken er død.

Backup lapper og postbeskrivelser

Det er selvbetjening av backuplapper i startområdet. Postbeskrivelser er trykket på kartet. Det deles ikke ut løse postbeskrivelser.

Klasser og løyper

| Klasse | Starttid | 1.etappe | 2.etappe | 3.etappe | 4.etappe | 5.etappe |
|-------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| H13-16 | 11.00 | 4,0km | 4,0km | 4,0km | | |
| D13-16 | 11.30 | 3,6km | 3,6km | 3,6km | | |
| H-Åpen | 11.20 | 5,4km | 5,4km | 4,2km | 5,7km | 7,2km |
| D-Åpen | 11.40 | 3,7km | 3,7km | 3,4km | 5,3km | |
| Lag D/H-12 | 12.00 | | | | | |

Alle stafettklasser benytter kart i målestokk 1:10 000. Ekvidistanse 5 meter.

Det er gafling på alle etapper i alle klasser.

Alle stafettklasser passerer arena underveis i sin etappe, unntatt 3.etappe i D-Åpen og H-Åpen. Det er merket løype fra start/veksling til startpost, merking skal følges helt fram til startposten!

GPS tracking

Følgende lag skal ha GPS Tracking på 4.etappe damer:

D-Åpen

201 NTNUI 1, 202 Nydalens SK 1, 203 Lillehammer, 204 Bækkelaget, 205 Halden, 206 Freidig, 207 NTNUI 2, 208 Fredrikstad, 209 Konnerud, 210 Kongsberg, 213 Lillomarka, 234 Kristiansand

Følgende lag skal ha GPS Tracking på 3.etappe og 5.etappe, herrer:

H-Åpen

1 Kristiansand, 2 Halden, 3 Ås UMB, 4 Fredrikstad, 5 Lillomarka, 6 Halden 2, 7 Nydalen, 8 Raumar, 9 Bækkelaget, 10 Freidig, 11 Kongsberg, 12 Lillomarka 2, 13 NTNUI, 14 Tyrving, 36 Frol, 45 IFK Göteborg, 46 Järla, 50 Kristiansand 2, 85 Turun Mätsänkävijät

GPS-vester deles ut ved inngang til vekslingsfeltet fra og med ca. 30 min før veksling. Det er påbudt å bære GPS-vest for aktuelle løpere. Løpere som nekter å bære vesten vil ikke få starte.

Kartinnsamling

Alle kart i stafetten samles inn etter målgang og deles ut etter omstarten, ca. klokken 14.30. Det er ikke tillatt å ha kart over løpsområdet oppe på arena før etter omstarten.

Maksimaltid

Mål stenges kl.16:30. Etter dette vil postene bli tatt inn.

Informasjon individuelt løp

Til start

Merket til start 1 og 2 nordover fra arena med røde/hvite bånd med påskrift "Statens vegvesen". Fra nordre sving på Berger stadion er det 1200 meter langs sti til start 1 og 400 meter til start 2. Ved start 1 er det toaletter og drikke. Hvilke klasser som skal til start 1 og start 2 fremgår av tabellen med løyper og klasser.

Postbeskrivelser

Løse postbeskrivelser for alle klasser er tilgjengelig 2 minutter før start. Postbeskrivelsene er også trykket på kartet.

Startprosedyre ordinære klasser

Oppropstid vises ved klokke.

- 3 min før start: Gå inn i første bås for kontroll.
- 2 min før start: Løse postbeskrivelser tilgjengelig.
- 1 min før start: Gå frem til kartboksen.
- 5 sek før start: Legg brikken i startenheten og hold den der til siste start pip.
- Kartet tas i startøyeblikket

Tidtaking og Emit-brikker ordinære klasser

Det brukes Emit-brikke til tidtaking. Sjekk brikkenummer mot startlisten. Eventuelle endringer av brikkenummer gjøres ved henvendelse til løpskontoret. Leiebrikker ligger i lagsposene. De skal returneres til løpskontoret. Manglende innlevering blir fakturert.

Målprosedyre

Løpere i ordinære klasser har høyre innløp (sluse). Ved målgang stemples det i en av enhetene på mållinjen. Deretter går løperne videre til brikkeavlesning for postkontroll.

Rød sone

Etter målpasering kontrolleres brikken. Hvis kvitteringen ikke kan godkjennes blir løperen henvist til Rød sone. Der blir det opplyst om hvorfor løpet ikke er godkjent.

Det kan være flere grunner til at løperen blir sendt til rød sone.

- Man har vært på feil post, tatt postene i feil rekkefølge eller mangler kvittering fra en eller flere poster.
- Brikkenummeret er feil (kan rettes opp).
- Brikken er ikke nullstilt (for eksempel glemt å legge brikken i startenheten rett før start).
- Brikken er død.

Tøy fra start

Tøy fra start bringes tilbake til arenaen og legges ved løpskontoret.

Kart i lagsposen

Klassene N-Åpen, D/H-10, 11-12, 11-12N, 13-16N og 17N får kart i lagsposen. Ledsagerkart for N-Åpen (fargekopi uten plast) ligger også i lagsposen.

Klasser og løyper

| Klasse | Km | Start | Målestokk |
|--------|------|-------|-----------|
| H17 | 5,7 | 1 | 1:10000 |
| H35 | 4,76 | 1 | 1:10000 |
| H40 | 4,75 | 1 | 1:10000 |
| D17 | 4,75 | 1 | 1:10000 |
| H45 | 4,66 | 1 | 1:10000 |
| H50 | 4,57 | 1 | 1:10000 |
| H55 | 4,57 | 1 | 1:10000 |
| D15-16 | 3,32 | 1 | 1:10000 |
| H15-16 | 3,32 | 1 | 1:10000 |
| D40 | 3,73 | 1 | 1:10000 |
| D45 | 3,73 | 1 | 1:10000 |
| H60 | 3,75 | 1 | 1:10000 |
| H65 | 3,75 | 1 | 1:10000 |
| D35 | 3,75 | 1 | 1:10000 |
| D50 | 3,46 | 1 | 1:10000 |
| H70 | 3,46 | 1 | 1:5000 |
| D55 | 3,08 | 1 | 1:10000 |
| D60 | 3,08 | 1 | 1:10000 |
| H75 | 3,08 | 1 | 1:5000 |
| D65 | 2,28 | 1 | 1:10000 |
| D70 | 2,28 | 1 | 1:5000 |
| H17B | 2,96 | 1 | 1:10000 |
| D17B | 2,96 | 1 | 1:10000 |
| D13-14 | 3,23 | 1 | 1:10000 |

| Klasse | Km | Start | Målestokk |
|------------|------|-------|-----------|
| H13-14 | 3,23 | 1 | 1:10000 |
| H80 | 2,3 | 1 | 1:5000 |
| H85 | 2,3 | 1 | 1:5000 |
| D75 | 2,3 | 1 | 1:5000 |
| D80 | 2,3 | 1 | 1:5000 |
| H17C | 2,77 | 1 | 1:10000 |
| D13-16C | 2,2 | 2 | 1:10000 |
| H13-16C | 2,2 | 2 | 1:10000 |
| D17C | 2,2 | 2 | 1:10000 |
| D11-12 | 2,09 | 2 | 1:10000 |
| H11-12 | 2,09 | 2 | 1:10000 |
| H10 | 1,98 | 2 | 1:10000 |
| D10 | 1,98 | 2 | 1:10000 |
| H13-16N | 2,24 | 2 | 1:10000 |
| D13-16N | 2,24 | 2 | 1:10000 |
| D17N | 2,24 | 2 | 1:10000 |
| H17N | 2,24 | 2 | 1:10000 |
| D11-12N | 2,24 | 2 | 1:10000 |
| H11-12N | 2,24 | 2 | 1:10000 |
| N-Åpen | 1,64 | 2 | 1:10000 |
| Direkte A1 | 4,76 | 1 | 1:10000 |
| Direkte A2 | 3,08 | 1 | 1:10000 |
| Direkte C | 2,77 | 1 | 1:10000 |

Kartinnsamling

Kartene samles ikke inn etter målgang. Vi viser til fair play og minner om at informasjon om løyper og kart ikke skal deles med løpere som ikke har startet.

Direktepåmelding

Direktepåmelding gjøres i løpskontoret sentralt på arena. Løpere i direkteløyper får utdelt startnummer ved påmelding og kan starte mellom kl. 10 og klokken 11.30. Løpere i N-Åpen får kartet sitt ved påmelding. De øvrige tar kartet i startøyeblikket (fra kartboks i umiddelbar nærhet til nullebukken). Kvittering for registrert påmelding er startnummeret, som fremvises for å få starte.