



Midt Norsk Mesterskap 2013

Røros-Os 23.-25. august



Innbydelse Midt Norsk Mesterskap 2013

Os IL og Røros IL ønsker løpere, ledere, presse og publikum velkommen til Midt Norsk Mesterskap i Orientering på Røros og Os. Vi håper på tre flotte orienteringsdager med spennende konkurranser i flott orienteringsterreng.

Fellesinformasjon:

Påmelding: Påmelding skjer i Eventor. Ordinær påmeldingsfrist: fredag 16. august kl. 23.59 .

Påmelding til lagkonkurransen for barn på søndag skjer på e-post til annemnarjord@hotmail.com

50% gebyr for etteranmelding og endring av klasse/brikke over 12 år innen onsdag 21. august kl. 17.00

Endinger/etteranmeldinger etter dette tidspunktet belastes med 100% gebyr. Må skje direkte på e-post til stein@rostecamping.no eller på løpskontoret senest 1 time før første ordinære start. Påmeldte uten brikkenummer blir tildelt leiebrikke og belastet med 40 kroner pr. løp.

Frist for lagoppstillinger stafett: Lørdag 24/8 kl. 1700 i EVENTOR.

Frist lagoppstillinger lagkonkurranse: lørdag 24/8 kl. 14.00 på løpskontoret

Startkontingenter:

Startkontingent individuelle løp:

Til og med 16 år: kr 90,-

Fra og med 17 år: kr 180,-

Småttroll: kr 30,-

Direkteløyper: kr 120,-

Startkontingent stafett/lagkonkurranse:

13-16 år: kr 270,-

Øvrige klasser: kr 540,-

Lagkonkurranse 8-12 år: kr 90,- pr løper

Direkteløpøer: kr 120.

Norske klubber faktureres i etterkant. Utenlandske løpere betaler kontant på løpskontoret.

Leiebrikker: Vi har et begrenset antall leiebrikker som leies ut for 40 kr pr løp. Vi oppfordrer ellers klubbene om å ha egne brikker.

Parkeringsavgift: personbiler 50 kr/dag. 100 kroner for alle tre dagene, busser: 200 kr/dag eller 500 kroner for alle tre dagene

Barneparkering/småttroll: Det er barneparkering og småttroll-aktiviteter på alle løp.


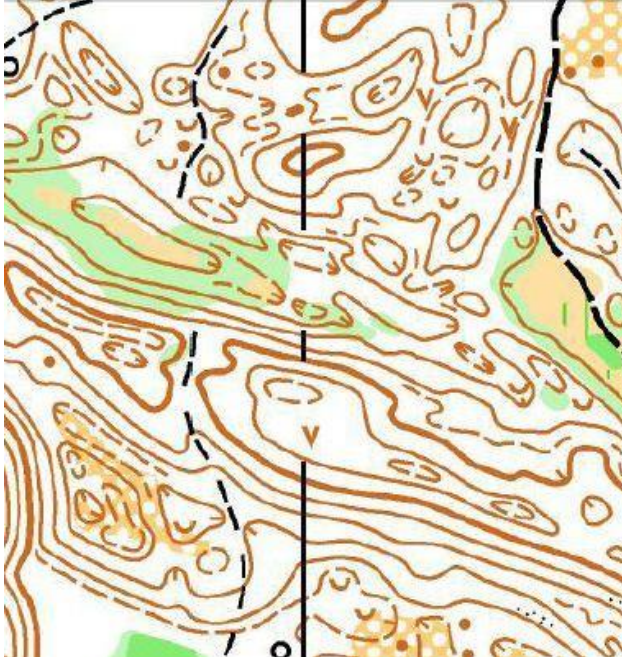
Vask: Våtklut på arena. Offentlig badeplass ved Langtjønnå, 500 meter fra samlingsplass lørdag og søndag.

Salg: Vi selger varm mat alle dager. Fredag og lørdag blir det salg av grillmat, søndag serverer vi gryterett. For øvrig et rikholdig utvalg av vafler, hjemmebakst, varm og kald drikke og frukt.

Salgstelt o-utstyr: Runes O-utstyr vil være til stede på samlingsplass for salg av orienteringsutstyr.

Premiering: Premie til alle opp til 12 år på alle løp. (og til alle deltakere i lagkonkurransen). Klassene 13-16 år: 1/3 premiering av antall påmeldte. 17-21 år: 1/8 av antall startende. Premie til klassevinnere i alle ordinære klasser. Uttrekkspremie i direkteløypene.

Medaljer: I henhold til reglene for Midt Norsk Mesterskap deles det ut mesterskapsmedaljer, gull, sølv og bronse i mesterskapsklassene. Det er en forutsetning at medaljevinnerne representerer klubber fra Midt-Norge. (Sør- og Nord-Trøndelag, Møre og Romsdal og Nord-Østerdal). I klassene fra 17 år må det være minst 5 deltakere for å dele ut alle valører. Ved 4 deltakere deles ut gull og sølv. Ved 3 eller færre deltakere deles bare gullmedaljen ut.

Fredag 23. august. Sprint	Lørdag 24. august Langdistanse	Søndag 25. august Stafett og lagkonkurranse
Arena: Røros Golfpark, merka fra fv 30 Røros sentrum. Parkering nær samlingsplass.	Arena: Svarthølmoen Skytebane. 5 km sør/øst for Os sentrum langs fv 28. Merka fra kryss fv 30/fv 28 Os Sentrum. Parkering ved samlingsplass eller inntil 500 meter å gå.	
Kart: Røros Sentrum. Målestokk 1:5000 ekv. 2,5 meter. Utgitt 2013	Kart: Nørdalen. Målestokk 1:10.000. ekv 5 meter. Synfart 2011 for MNM 2013.	
Terreng: Samlingsplass er i utkanten av Røros sentrum. Terrengen består av en del åpne områder og boligfelt i skråli. Vegetasjonen er stort sett glissen i form av furu og bjørketrær. Terrengen innbyr til høy fart. Noen løyper går i sandmoreneområdet. De fleste løypene krysser vei. Det er ikke satt ut vakter, så pass opp for trafikk.	Terreng: Terrengen er meget variert og et Nord-Østerdalen i miniatyr. I nedre deler langs elva Nøra er det kupert kontinentalt terreng skapt av nedsmeltinga etter siste istid, med flate moer, bratte egger, raviner og detaljrikt gropterreng. Her går det unna så reinlaven spruter under furukronene. Resten av terrengen består av skråli av ulik karakter. Noen partier er detaljfattige med varierende myrlende. I furuskogen er det god sikt, men der den mer utilregnelige fjellbjørka tar over blir det mer diffust og smålurt. Store deler av skrålia er også mer detaljrik og oppskåret, med småkuperinger, steinterreng og grassletter. Øverst er det åpent fjellterreng.	
Start: Ordinære klasser: 18.00 Småtroll/N-åpen: 17.30-19.30 Direkteløyper: 17.30-19.30 N-åpen og direkteløyper har start på samlingsplass. Ordinære klasser har 300 meter til start (oppoverbakke)	Start: Ordinære klasser: 11.00 Småtroll/N-åpen: 10.00 Direkteløyper: 11.00 Start 1 (350 meter fra samlingsplass): Alle N, C- og direkteløyper, H/D11-12 og H/D13-14 samt D 65 og eldre og H 75 og eldre. Start2 (2 km vei/traktorvei med moderat stigning): Øvrige klasser	Start: Stafett: kl. 10.00 Lagkonkurranse: kl. 11.00 Direkteløyper: kl. 10.00 Start på samlingsplass for alle.
<p>Løpsledelse: Løpsleder: Petter Gullikstad(92839297). Løypelegger: Terje Schjølberg. Kontrollør: Jon Arne Engebakken, Vinglen IL. Juryleder: Oddvar Erlien, Vinglen IL.</p> 	<p>Løpsledelse: Løpsleder: Ragnhild Dåsnes (95059272), Løypeleggere: Jon Aukrust Osmoen og Peder Aukrust Osmoen. Kontrollør: Jon Arve Engebakken, Vinglen IL. Juryleder: Oddvar Erlien, Vinglen IL. (leder av Nord-Østerdal o-region)</p> 	

Klasser og løyper sprint					
Mesterskapklasser					
	Lengde	Nivå	Klasse	Lengde	Nivå
H 13-14	2,2 km	B/C	D 13-14	2 km	B/C
H 15-16	2,5 km	B	D 15-16	2,2 km	B
H17-20	2,7 km	B	D 17-20	2,5 km	B
H 21-	3,0 km	B	D 21-	2,7 km	B
H 40-	2,7 km	B	D 40-	2,2 km	B/C
H 50-	2,5 km	B	D 50-	2 km	B/C
H60-	2,2 km	B/C	D 60-	1,6 km	B/C
H 70-	2 km	B/C	D 70-	1,5 km	B/C
Øvrige klasser					
Klasse	Lengde	Nivå	Klasse	Lengde	Nivå
H-10	1,3 km	C	D-10	1,3 km	C
H 11-12	1,5 km	C	D 11-12	1,5 km	C
H 11-12N	1,3 km	N	D 11-12N	1,3 km	N
H 13-16N	1,3 km	N	D 13-16N	1,3 km	N
N-åpen*	1 km	N			
Direkteklasser					
Klasse	Lengde	Nivå			
N-åpen	1 km	N			
Direkte B	2,3 km	B/C			
Småtroll					

Klasser og løyper langdistanse					
Mesterskapklasser					
Klasse	Lengde	Nivå	Klasse	Lengde	Nivå
H13-14	3,5	B	D 13-14	3,5	B
H15-16	6,0	A	D15-16	4,6	A
H17-18	8,4	A	D17-18	6,3	A
H19-20	10,3	A	D19-20	7,3	A
H21-	13,5	A	D21-	8,4	A
H35-	10,3	A	D35-	6,9	A
H40-	8,4	A	D40-	5,7	A
H45-	7,3	A	D45-	4,6	A
H50-	6,9	A	D50-	4,6	A
H55-	6,3	A	D55-	4,2	A
H60-	5,7	A	D60-	4,2	A
H65-	4,6	A	D65-	3,6	A
H70-	4,2	A	D70-	3,2	A
H75-	3,6	A	D75-	3,2	A
H80-	3,2	A	D80-	3,2	A

Øvrige klasser					
Klasse	Lengde	Nivå	Klasse	Lengde	Nivå
N-åpen*	2,0	N			
H-10	2,5	C	D-10	2,5	C
H11-12	2,7	C	D11-12	2,7	C
H11-12N	2,5	N	D11-12N	2,5	N
H13-16C	2,7	C	D13-16C	2,7	C
H13-16N	2,5	N	D13-16N	2,5	N
H17-AK	6,3	A	D17-AK	4,6	A
H17-C	3,6	C	D17-C	3,2	C

Direkteklasser		
Klasse	Lengde	Nivå
Direkteklasser N åpen*	2,0	N
Direkte A	5,7	A
Direkte B	3,5	B
Direkte C	2,7	C
Småtroll		



Klasser og løyper stafett

Stafettklasser - mesterskapsklasser

Klasser	Etappelengde	Nivå
D13-16	3,7 - 3,5 - 3,7	B-C-B
D17-	6,1 - 5,0 - 6,1	A-A-A
D35-	5,0 - 4,6 - 5,0	A-A-A
D150**	3,7 - 3,7 - 3,7	A-A-A
H13-16	3,7 - 3,5 - 3,7	B-C-B
H17-	8,4 - 6,8 - 8,4	A-A-A
H35-	6,1 - 6,1 - 6,1	A-A-A
H150-**	5,0 - 5,0 - 5,0	A-A-A
D/H175-**	3,7 - 3,7 - 3,7	A-A-A
Øvrige klasser		
MIX***	5,0 - 3,5 - 5,0	A-C-A
Lagkonkurransen D/H-12****	2,5	C/N

Direkteklasser		
Klasse	Lengde	Nivå
N åpen*	1,5	N
Direkte A	5,0	A
Direkte B	3,7	B
Direkte C	3,0	C
Småtroll		

* Fri start. Ikke tidtaking.

** Sum alder for deltakerne på laget. Minste alder for deltakere er 35 år.

*** I Mix kan lagene settes sammen uavhengig av alder, kjønn og klubbtilhørighet.

**** Lagkonkurransen er først og fremst beregnet på barn født mellom 2001 og 2005, men det er lov å ha med yngre løpere på laget.

Laget skal bestå av mellom 3 og 5 løpere, og det er helt ok å blande løpere fra flere klubber. Alle løpere skal ha startnummer, men laget skal løpe samlet, og kun benytte en Emit-brikke. Opplegget er post-plukk med fellesstart, der det er om å gjøre å samle flest mulig poeng i løpet av en time. Postene har ulik poengverdi, og på noen poster er det aktiviteter.

Lagkonkurransen starter klokka 11.00. Lag som kommer i mål etter klokka 12.00 får trekk i poengsummen.

Laget skal løpe samlet over mål. Det er premie til alle startende i lagkonkurransen. Det laget med flest poeng kåres som vinner.

Ved lik poengsum vinner laget som har brukt kortest tid.

Påmelding med lagoppstilling på e-post til annemnarjord@hotmail.com

Vi takker våre sponsorer for godt samarbeid:

	
	 RØROS HOTELL
	
 RUNE'S O-UTSTYR TORHAUGEN 21 7630 ÅSEN www.outstyr.no	
 Os kommune	 Røros kommune

Velkommen til Midt-Norsk orienteringsfest på
Røros og Os!