

# Norwegian Spring



14. – 15. april 2018



Halden SK og Sarpsborg OL innbyr til nasjonale løp med Vårspretten (mellomdistanse) og Vårstafetten (ungdomsstafett) lørdag 14. april og SOLrenningen (langdistanse) søndag 15. april. Det er eliteklasser for juniorer og seniorer både lørdag og søndag.

- Fjorårets NM terreng
- Nytt terreng for eliteklassene
- Middels kupert Østfoldterreng

## FRAMMØTE:

Arena: Gutterød (Fjerdingsveien - 59.240474N, 11.341925E).

Merket fra Fv599 ca 10 km nord for Halden: <https://kart.gulesider.no/m/Tkb1g>

Herfra ca 6 km til arena/parkering.

## PARKERING:

Ved arena (0-500 m). Parkeringsavgift kr 50 per dag. (Det kan bli endringer ved dårlig vær).

## KART/TERRENG:

**Rokke**, Ny synfaring ble utført 2016/2017 av Jussi Silvennoinen i.f.m. NM. Målestokk 1:7.500/1:10.000, ekvidistanse 5 m.

Middels kupert Østfoldterreng. For det meste relativt lettløpt gran- og furuskog. Noe ny og gammel hogst. Terreng ligger fra 90 til 180 moh. og består av flere relativt slake høydepartier med noen bratte kanter. Terreng har ganske få stier og veier.

## START:

Vårspretten fellesstart (N-åpen, D/H10): Start på arena. Første start kl. 11:30.

Vårstafetten: Start på arena. Første start kl. 11:40

Vårspretten: Første ordinære start kl. 12.30

Solrenningen: Første ordinære start kl. 10.00.

Alle N- og C-klasser har fristart lørdag fra kl. 12:30 og søndag fra kl. 10:00 og fram til siste ordinære start. N-åpen kan starte 1 time før første ordinære start og fram til siste ordinære start. N-åpen lørdag er en klasse, en løype, valgfri enten fellesstart eller individuell start. Ikke tidtaking, bare fullført/ikke fullført. Siste ordinære start er anslagsvis kl. 14:30 lørdag og kl. 12:30 søndag – se PM.

## PREMIERING:

N-åpen og alle opp til D/H-12 har premier til alle. I klassene D/H 13-16 en tredel. I eliteklassene en åttendel. I øvrige klasser premier til vinneren. Ingen premiering i direkteklasser.

## DUSJ:

Ved arena begge dager.

## BARNEPARKERING:

Gratis, åpen for barn over 2 år.

## SMÅTROLL:

Begge dager. Kr. 30 pr dag.

## PÅMELDING OG ETTERANMELDING:

**Påmelding** : Via Eventor, med ordinær frist torsdag 5. april kl. 23.59. Følg link fra løpets [hjemmeside](#).

Utenlandske klubber må først opprette en klubb som ny bruker.

**Etteranmelding**: Via Eventor senest mandag 9. april kl. 23.59. Evt. ved å ringe 948 47 155 onsdag 11. eller torsdag 12. april kl. 18:00-20:00, forutsatt ledige startnummer/kart.

**Direktepåmelding**: På arena begge dager for Direkteklasser og N-åpen. Fri start.

**Endringer**: Endringer i brikkenummer, klubb eller klasse kan gjøres fritt i Eventor fram til påmeldingsfristens utløp. Etter dette vil endringer bli fakturert som etteranmelding. Slike endringer sendes på e-post til [sekretariat@norwegianspring.no](mailto:sekretariat@norwegianspring.no).

**Lagoppstilling stafett**: Leveres elektronisk senest fredag 13. april kl. 21:00 via Eventor. Endringer på arena aksepteres inntil 1 time før første start.

## PÅMELDINGSKONTINGENT

Klasser	Påmeldingskontingent t.o.m 5. april 2018	Etteranmeldingstillegg f.o.m. 6. april 2018
<b>Stafett</b>		
D/H 13-16	350 kr	+50%
D/H 11-12	350 kr	0
<b>Individuelle løp</b>		
D/H-12	100 kr	0
D/H 13-16	100 kr	+50%
D/H17-	200 kr	+50%
Eliteklasser	250 kr	+50%
Direkteløyper	200 kr	

Startkontingenter for norske klubber vil bli fakturert etterskuddsvis til adresse oppgitt ved påmelding. Utenlandske klubber skal forhåndsbetale til norsk konto (eller til svensk konto). Innbetalinger gjøres til Norwegian Spring.

**Norsk konto**: Sarpsborg SpareBank1: 1030.09.64694 IBAN NO7610300964694 BIC-adresse: SPTRNO22

**Svensk konto**: Bankgirot 5365 2681

## KVITTERINGSSYSTEM:

Alle løpere benytter EMIT-brikker. Ikke mulig å leie brikke for norske løpere. Et begrenset antall leiebrikker er tilgjengelig for løpere for utenlandske klubber, avgift kr 50 pr dag.

## KLASSER, LØPELENGDER, NIVÅ OG KARTMÅLESTOKK

### VÅRSTAFETTEN - LØRDAG

Klasse	Etapper	Ca. løypelengder	Nivå	Målestokk
H11-12	2	2,5 km ugaflet	N/C	1:10.000
D11-12	2	2,5 km ugaflet	N/C	1:10.000
H13-16	3	3,5-2,5-3,5 km	B-N/C-B	1:10.000
D13-16	3	3,5-2,5-3,5 km	B-N/C-B	1:10.000

I D/H11-12 kan lagene stille med inntil 3 løpere på hver etappe. I D/H13-16 kan lagene stille med inntil 3 løpere på midt-etappen. Løpere på parallelletappene kan løpe med egne brikker.

### FELLESSTART - LØRDAG

Klasse	Start	Ca. løypelengder	Nivå	Målestokk
N-åpen	Felles	2,0 km ugaflet	N	1:10.000
D10	Felles	2,0 km ugaflet	N/C	1:10.000
H10	Felles	2,0 km ugaflet	N/C	1:10.000

D10 og H10: I disse klassene tilbyr vi kun fellesstart. Dersom noen i denne aldersklassen ønsker å løpe med individuell start, kan vedkommende meldes på i N-åpen eller Direkte C.

### Forklaring på de ulike nivåene:

**N-løyper** har ett opplagt veivalg langs sammenhengende ledelinjer som vei, sti, bekk og gjerde. Alle postene kan sees fra ledelinjene.

**C-løyper** følger stort sett ledelinjer, men enkelt steder forventes løperne å forlate ledelinjene. Det kan finnes veivalgsmuligheter.

**B-løypene** krever kort finorientering inn mot posten og forståelse av høydekurver.

**A-løypene** er de mest krevende og alle orienteringsteknikker bør beherskes.

### VÅRSPRETTEN – MELLOMDISTANSE - LØRDAG

Klasse	Lengde	Nivå	Kart	Klasse	Lengde	Nivå	Målestokk
N-åpen	1,8	N	1:10.000				
D11-12N	1,8	N	1:10.000	H11-12N	1,8	N	1:10.000
D13-16N	1,8	N	1:10.000	H13-16N	1,8	N	1:10.000
D17-N	1,8	N	1:10.000	H17-N	1,8	N	1:10.000
D17-B	2,7	B	1:10.000	H17-B	2,7	B	1:10.000
D17-C	2,2	C	1:10.000	H17-C	2,2	C	1:10.000
D17-	3,6	A	1:10.000	H17-	4,1	A	1:10.000
D35-	3,6	A	1:10.000	H35-	4,1	A	1:10.000
D40-	3,6	A	1:10.000	H40-	4,1	A	1:10.000
D45-	3,4	A	1:10.000	H45-	4,4	A	1:10.000

D50-	2,9	A	1:7500	H50-	4,1	A	1:7500
D55-	2,5	A	1:7500	H55-	3,5	A	1:7500
D60-	2,0	A	1:7500	H60-	2,9	A	1:7500
D65-	2,0	A	1:7500	H65-	2,5	A	1:7500
D70-	2,0	A	1:7500	H70-	2,5	A	1:7500
D75-	2,0	A	1:7500	H75-	2,0	A	1:7500
D80-	2,0	A	1:7500	H80-	2,0	A	1:7500
D85-	2,0	A	1:7500	H85-	2,0	A	1:7500
D17-18E	3,5	A	1:10.000	H17-18E	4,8	A	1:10.000
D19-20E	4,0	A	1:10.000	H19-20E	4,6	A	1:10.000
D21E	6,2	A	1:10.000	H21E	6,0	A	1:10.000
Direkte C	2,2	C	1:10.000				
Direkte B	2,7	B	1:10.000				
Direkte A	4,6	A	1:10.000				

Justeringer av løypelengder vil forekomme. Arrangørene forbeholder seg retten til å slå sammen klasser ved liten deltagelse.

### SOLRENNINGEN – LANGDISTANSE - SØNDAG

Klasse	Lengde	Nivå	Kart	Klasse	Lengde	Nivå	Målestokk
N-åpen	2,3	N	1:10.000				
D-10	2,5	N/C	1:10.000	H-10	2,5	N/C	1:10.000
D11-12	2,7	C	1:10.000	H11-12	2,7	C	1:10.000
D11-12N	2,4	N	1:10.000	H11-12N	2,4	N	1:10.000
D-13	3,9	B	1:10.000	H-13	4,0	B	1:10.000
D-14	3,9	B	1:10.000	H-14	4,0	B	1:10.000
D-15	4,4	A	1:10.000	H-15	5,5	A	1:10.000
D-16	4,4	A	1:10.000	H-16	5,5	A	1:10.000
D13-16N	2,4	N	1:10.000	H13-16N	2,4	N	1:10.000
D13-16C	3,3	C	1:10.000	H13-16C	3,2	C	1:10.000
D15-16B	3,9	B	1:10.000	H15-16B	4,0	B	1:10.000
D17-B	3,9	B	1:10.000	H17-B	4,0	B	1:10.000
D17-AL	6,3	A	1:10.000	H17-AL	7,5	A	1:10.000
D17-AK	4,3	A	1:10.000	H17-AK	6,0	A	1:10.000
D17-N	2,4	N	1:10.000	H17-N	2,4	N	1:10.000
D17-C	3,3	C	1:10.000	H17-C	3,3	C	1:10.000
D17-18E	6	A	1:10.000	H17-18E	8,1	A	1:10.000
D19-20E	7,3	A	1:10.000	H19-20E	10,0	A	1:10.000
D21E	9,4	A	1:10.000	H21E	12,9	A	1:10.000
D35-	5,3	A	1:10.000	H35-	7,5	A	1:10.000
D40-	5,3	A	1:10.000	H40-	7,5	A	1:10.000
D40-AK	2,8	A	1:7500	H40-AK	4,3	A	1:10.000
D45-	5,3	A	1:10.000	H45-	7,0	A	1:10.000
D50-	4,3	A	1:10.000	H50-	6,3	A	1:10.000
D50-AK	2,8	A	1:7500	H50-AK	3,5	A	1:7500
D55-	3,5	A	1:7500	H55-	5,9	A	1:7500
D60-	3,5	A	1:7500	H60-	4,6	A	1:7500
D65-	3,1	A	1:7500	H65-	4,6	A	1:7500
D70-	3,1	A	1:7500	H70-	3,5	A	1:7500
D75-	3,1	A	1:7500	H75-	3,1	A	1:7500

D80-	3,1	A	1:7500	H80-	3,1	A	1:7500
D85-	3,1	A	1:7500	H85-	3,1	A	1:7500
DIR C	3,0	C	1:10.000	DIR AL	7,0	A	1:10.000
DIR B	4,0	B	1:10.000	DIR AK	4,1	A	1:10.000

Justeringer av løypelengder vil forekomme. Arrangørene forbeholder seg retten til å slå sammen klasser ved liten deltagelse.

### **TRENINGSSOPPLEGG:**

Nærmere opplysninger kommer på løpets hjemmeside. Ta eventuelt kontakt med de arrangerende klubber.

### **OVERNATTING:**

Det finnes en rekke overnattingsmuligheter i området. Mer detaljert informasjon vil bli lagt ut på løpets hjemmeside.

### **LØPSLEDELSE:**

Løpsleder: Gudmund Jenssen [info@norwegianspring.no](mailto:info@norwegianspring.no)

Løypeleggere: Frauke Schmitt Gran – Vårstafetten

Matthieu Puech – Vårspretten

Fredrik Eliasson – SOLrenningen

Kontrollører: Øystein Ruud

Astrid Bjørnerød

Anja Wingstedt

# **Velkommen!**



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

