



**Halden Skiklubb ønsker velkommen til NM Nattorientering for Senior og Junior fredag
16 april,
- en del av arrangementet Norwegian Spring.
Delkonkurranse 1 i Craft-cup for senior og junior 2010.**

Program Fredag 16 april:

- Kl 16.00 Muligheter for utdeling av personlige poser på Kaserna,
- Kl 19.00 Løpskontor åpner
- Kl 21.00 Første Fellesstart
- Kl 00.30 Premieutdeling

Fremmøte: Prestebakke Skole og samfunnshus

Merket fra Halden Sentrum. Følg riksvei 22 mot Holtet, ved Søtholmen ta av rv 101 retning Kornsjø. Alternativt ved Idd kirke kjør riksvei 886 mot Aspedammen/Prestebakke.

Parkering:

Ved samlingsplass, maks 200 meter å gå. Parkeringsavgift er inkludert i startkontingenten.

Kart/ Terreng:

Prestebakkefjella, nytt kart i 2010. Målestokk 1:10000, ekv . 5 meter. Terrengsperring kan sees på løpets nettside. Terreng er todelt: Nærmest samlingsplass er det en del stier, lysløyper og veier. Skogen består av granskog i ulike alder, ispedd hogstflater og tynningsområder, småkupert. Lenger unna samlingsplass er det mer kupert, glissen furuskog på høydene med mosebunn som innbyr til stor fart. En del lettløpte myrer.

Start:

Klassevis fellesstart på arena. Første start kl 21.00

Premiering:

I henhold til NOFs regler.

Dusj:

På arena

Løpsledelse:

- Løpsleder: Tom-Erik Sandberg, tlf 95048560, mail: tom.erik.sandberg@gmail.com
- Løypelegger: Øyvind Helgerud
- Teknisk delegerte: Unni og Tom A. Karlsen, Fredrikstad Skiklubb

Informasjon og Pressekontakt:

PM, startlister, resultater og annen informasjon vil etter hvert bli lagt ut på løpets nettsider www.haldensk.no, Epost til : nmnatt@haldensk.no

Pressekontakt:

Påmelding og etteranmelding:

Påmelding via Internett (Palisoft) med frist tirsdag 6 april kl 23.59. Følg link via løpets hjemmeside. Eller pr. post til Halden SK, Postboks 306, 1751 Halden, poststemplet senest onsdag 31 mars. Påmeldinger motatt etter påmeldingsfristen, blir behandlet som etteranmelding.

Startkontingent:

Startkontingent: 520 kr pr deltaker (inkluderer 100 kr i reisefordeling, parkering og leie av EMIT-tag)

Etteranmelding: 695 kr pr deltaker

Startkontingenten vil bli fakturert etterskuddsvis til adressat oppgitt ved påmelding

Kvitterinssystem:

Emit elektronisk kontroll- og tidtaker- system benyttes. EMIT brikker leies ikke ut. EMIT- orienteringsbrikke brukes for stemplingskontroll, EmiTag tidtakerbrikke brukes til tidtaking og mellomtider.

Storskjerm:

Det vil være storskjerm på samlingsplass. Utvalgte løpere skal løpe med enhet for GPS-tracking. Hvilke løpere dette gjelder vil bli publisert i PM og på arrangørens hjemmeside senest 48 timer før start.

Klasser:

Klasse	Løypelengde	Stipulert vinnertid
D 17-18	5,2 km	53 minutter
D 19-20	5,9 km	55 minutter
D 21	7,8 km	68 minutter
H 17-18	7,5 km	63 minutter
H 19-20	8,5 km	66 minutter
H 21	11,6 km	81 minutter

Spredningssystem anvendes i alle klasser.

Løypene er lagt i sløyfer med passering ved mål (gjelder ikke D17-18 og D 19-20)

Trening:

Det vil bli tilrettelagt treningsopplegg i Halden fra påske og frem til arrangementet.
Se informasjon på www.haldensk.no

Overnatting:

Det finnes en rekke overnattingstilbud i området, men vi anbefaler disse:

Thon Hotel Halden: Spesialtilbud under NM-helga: 440 kr pr pers i dobbeltrom inkl frokost pr døgn. Kontakt: Tlf 69 21 33 00/ halden.booking@thonhotels.no

Kaserna, Fredriksten Festning: Overnatting på komfortabelt herberge.
Kontakt: Tlf 928 64 797/ post@kaserna.no www.kaserna.no

Terrenget er grovt sett delt i to ulike deler. Nærmest samlingsplass er det en god del stier, lysløype og veier. Skogen består for det meste av granskog i ulik alder. Det drives aktivt skogbruk i området, det resulterer i en del hogstflater og tynningsområder med en god del kvist på bakken som begrenser løpbarheten noe. Men det finnes også områder med flott gammel granskog med lettløpt mosebunn. Denne delen av terrenget er relativt lite kupert. Lenger unna samlingsplass er terrenget mer kupert. Når man kommer opp på høydepartiene forandrer terrenget karakter, og det er for det meste relativt glissen furuskog. Her er terrenget for det meste lettløpt og innbyr til stor fart. Det finnes en del myrer i området, men på våren før grasset begynner å gro er myrene stort sett ganske fine å løpe i. Det drives også noe skogsdrift i denne delen av terrenget, så det finnes noen områder med yngre og tettere furu- og løvskog.