



NM Sprint 2007

og Craft-cup



19. - 20. mai



dın baker
- gled deg ...



IL Tyrving inviterer til NM sprint med publikumsløp Sandvika 19.mai 2007

Lørdag 19. mai arrangeres NM sprint i Sandvika med tre løps arrangement gjennom dagen.
Finalene følger vi fra Byparken midt i Sandvika sentrum, eller fra fritt valgt sted i løypa, der publikum måtte ønske.

Program

Løpstilbud	Starttid
NM Sprint kvalifisering, Junior og Senior	10:00
Publikumsløp	Flexistart 12-13
NM Sprint Finale, Junior og Senior	15:00

NM Sprint kvalifisering og publikumsløp

Kart: Veritasskogen 1:5000, 2m ekv. Utgitt 2007.
Kupering: Kupert med flate partier.
Terreng: Detaljrikt, stifylt nærterreng med innslag av parkområder og veier.

NM Sprint Finale

Kart: Sandvika 1:4000, 2m ekv. Utgitt 2007
Kupering: Middels kupering med enkelte bratte bakker
Terreng: Gate og parkorientering med innslag av løvskog.
Stedvis sterkt trafikkert område. Indre Sandvika vil være stengt for trafikk, mens passering av trafikkerte veier vil skje ved merkede overganger med vakter.

Kartsalg og tidligere kart

Tidligere utgitt kart over Veritasskogen kan bestilles via NMs hjemmeside:
www.tyrving.idrett.no/nm2007
Det finnes ikke tidligere utgitt orienteringskart over finaleterrenget.



Påmeldingsfrister

NM Sprint Orientering 2007 9. mai
Publikumsløp 15. mai

Etteranmeldingsfrister

NM Sprint Orientering 2007 18. mai kl. 14:00
Publikumsløp frem til kl. 12:00 på løpsdagen

Startkontingenter

NM Sprint Kr. 450.- inkl. reisefordeling kr. 100.-
Etteranmeldingsgebyr kr.100.-
Publikumsløp t.o.m 16 år-kr. 40.-
f.o.m 17 år-kr. 80.-
50% etteranmeldingsgebyr

Påmelding:

Internett: www.tyrving.idrett.no/o/nmsprint2007/ eller på epost til nm2007@tyrving.idrett.no eller til Henning Spjelkavik, tlf 93208067

Generell informasjon for kvalifisering og publikumsløp

Parkering

Tvungen parkering i parkeringsanlegget til Veritas(Kr. 20.-), merket fra E18 avkjøring Blommenholm for kvalifisering og publikumsløp. 400 m. å gå fra parkering til samlingsplass.

Arena

Samlingsplass på Høvik idrettsbane med tilgang til dusj og garderobe for NM deltagere. Øvrige deltagere, våtklut metoden.

Det tilbys ikke barneparkering.

Start

Avstand til start er 700 meter (flatt) for alle deltagere i NM kvalifisering og i publikumsløp.

Klasser og løyper

Klasse	Lengde	Stign.	Starttid
D17-20	2.4 km		10:00
H17-20	2.7 km		10:00
D21-	2.6 km		10:45
H21-	2.8 km		10:45

Klasse	Lengde	Starttid
Herreløype	2.8 km A	12:00-13:00
Dameløype	2.6 km A	12:00-13:00
Nybegynner	2.0 km N	12:00-13:00

Publikumsløpet arrangeres som nærløp uten premiering, men med resultater pr. aldersklasse.

Løperposer/Lagsposer

Løperposer hentes i sekretariatet på Høvikbanen. Det utdeles ikke lagsposer til publikumsløpet

Kiosk

Vanlig kiosktilbud med diverse varm og kald mat.

Informasjon for finale:

Klasser og løyper

Klasse	Lengde	Stign.	Starttid
D17-20	2.5 km	90m	15:00
H17-20	2.8 km	100m	15:25
D21-	2.5 km	90m	16:00
H21-	2.8 km	100m	16:25

Parkering og frammøte

Tvungen parkering og frammøte for finaledeleggere ved Tyrving klubbhus på Kadettangen.

Parkering for finalepublikum på offentlige parkeringsplasser i Sandvika Sentrum.

Start

Kadettangen 50m fra Tyrving Klubbhus vil det bli forstart, 5 min. før ordinær tidsstart. Finaleløpere har tilholdssted i Tyrving klubbhus mellom kvalifisering og finale. Kalvøya vil være åpent for oppvarming før finalen, mens Sandvika sentrum vil være sperret område for finaledeleggere.

Mål og publikumsarena finale.

Byparken i Sandvika Sentrum. Se vedlagte kartskisse.

Løypeleggere

NM sprint Kvalifisering og Publikumløp: Olav Nipen, IL Tyrving, NM sprint Finale: Christian Holmboe, IL Tyrving

Kontrollør

Jørgen Mårtensson, Modum OL

Løpsleder

Svein S Jacobsen, IL Tyrving, tlf. 922 62 667

sveijac@online.no

Kvitteringssystem og backuplapper

Emit benyttes. Ferdig utfylte backuplapper til NM deltagere ved start.

For publikumløp utfylles egne backuplapper med nummer og navn, som utdeles blanke ved start.

Speaker

Christian Holmboe



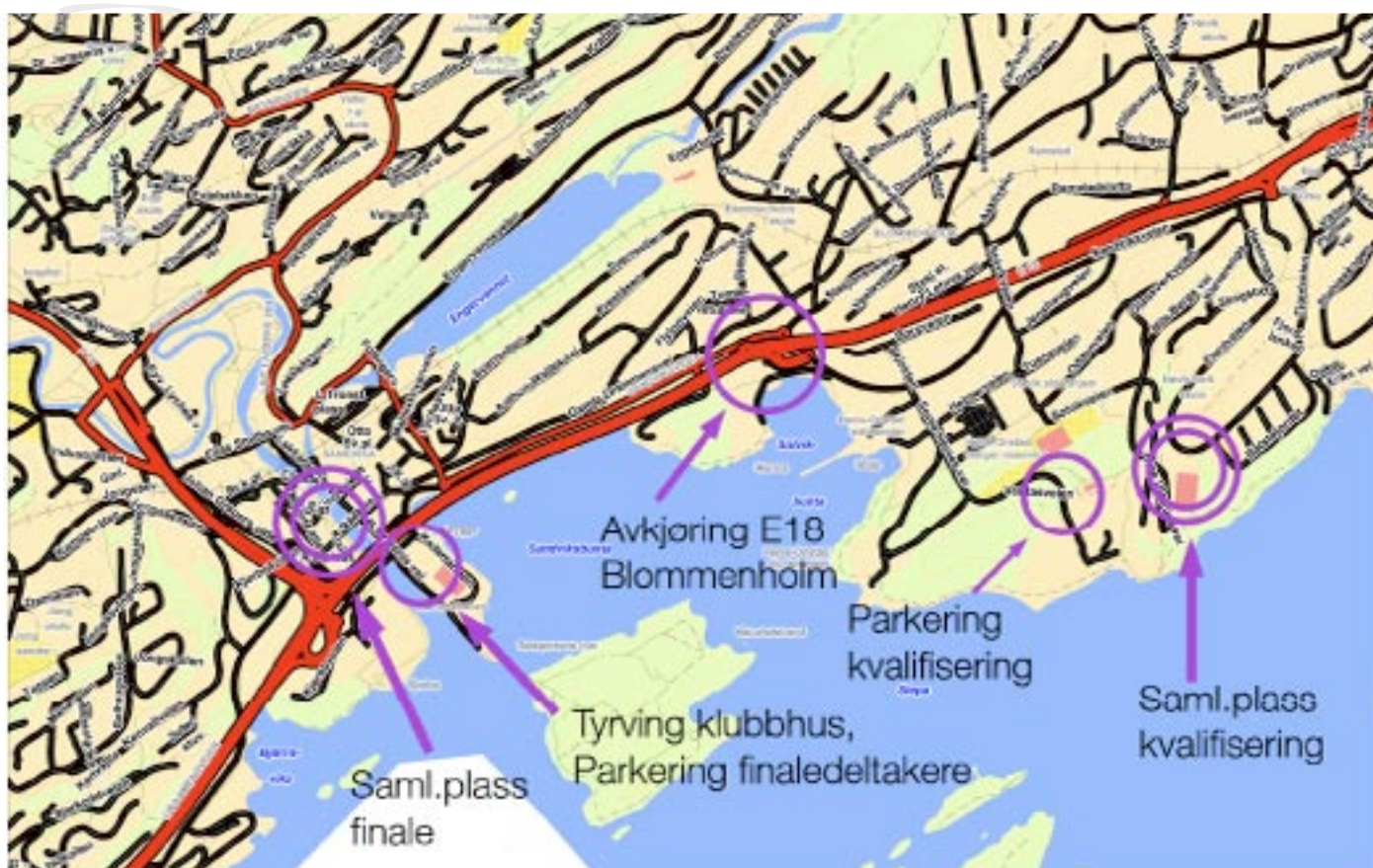
Premiering

NM Sprint, junior og senior: Full premiering i finale. NM medaljer til de tre beste i hver klasse. Gavepremie fra Craft, 6 beste i hver klasse. I tillegg gavekort fra Expert som kan brukes i alle Expertbutikker.

Premieutdeling i Byparken umiddelbart etter målgang

Trening

Kalvøya med nytt sprintkart, vil være åpent for trening



IL Tyrving inviterer til Craft Cup mellomdistanse (jr og sr) Lommedalen 20.mai 2007

Frammøte/parkering:

By i Lommedalen. Merket fra RV 168 ved rundkjøring på Bærums Verk. Inntil 1500m å gå til samlingsplass. Parkeringsavgift kr 20.

Kart:

"Jordbærhaugen" 1:10 000, 5m ekv., nytgitt 2007. Terrenget er sperret for all trening og rekognosering.

Terreng:

Detaljrikt, middels kupert og krevende barskogsterreng.



Første start:

Kl 0900. 5 min å gå til start.

Klasser og løyper

Klasse	Løype	Vinnertid
D21	3,9 km	33 min
D19-20	3,1 km	28 min
D17-18	2,9 km	27 min
H21 E1	4,9 km	34 min
H21 E2	4,3 km	33 min
H19-20	4,4 km	32 min
H17-18	3,8 km	28 min

Vask:

Våtklut

Startkontingent:

Kr. 140. Tillegg for etteranmelding 50 kr.

Faktura sendes klubbene etter løpet i henhold til påmeldte løpere.

Påmelding:

Internett: www.tyrving.idrett.no/o/nmsprint2007/ eller på epost til nm2007@tyrving.idrett.no eller til Henning Spjelkavik, tlf 93208067

Påmeldingsfrist onsdag 9. mai.

Etteranmelding innen 18. mai kl 1400, eller på samlingsplass inntil 1 t før start.

Kvitteringssystem:

EMIT-brikker benyttes. Brikkenummer oppgis ved påmelding.

Premiering:

Premier fra CRAFT i henhold til retningslinjer for CRAFT cup-arrangement.

Løpsleder:

Berit Danielsen, tlf. 920 90 573, per.ekeberg@online.no

Løypeleggere:

Eystein Weltzien, Per Kristian Ekeberg

Kontrollør:

Leif Størmer, Fossum IF

Trening:

Mulighet for trening i relevant terreng onsdag 16.mai fra Burudvann parkeringsplass i Lommedalen, start kl 18-19. Det vil bli satt ut en løype på ca 4,5 km, ingen postkvittering og tidtaking.

Informasjon:

www.tyrving.idrett.no

IL Tyrving inviterer til Nasjonalt løp 20.mai 2007

Frammøte/parkering:

By i Lommedalen. Merket fra RV 168 ved rundkjøring på Bærums Verk. Inntil 1500m å gå til samlingsplass. Parkeringsavgift kr 20.

Offentlig transport. Buss.

Buss 753 går fra Sandvika til Bykrysset i Lommedalen. Derfra 1000 m langs vei til samlingsplass.

Kart:

"Jordbærhaugen" 1:10 000, 5m ekv., nyutgitt 2007.

Terreng:

Detaljrikt, middels kupert og krevende barskogsterreng.

Første start:

Kl 1200, 5 min å gå til start. Craft Cup senior og junior avvikles i forkant av NA-løpet med første start kl 0900.

Klasser og løyper

D -10	1,5 km C
D 11-12	2,0 km C
D 11-12N	2,0 km N
D 13-14	3,0 km B
D 15-16	2,9 km A
D 17-	3,9 km A
D 40-	3,1 km A
D 50-	2,9 km A
D 60-	2,7 km A
D 70-	2,7 km A
N åpen	2,0 km N
C åpen	2,0 km C
H -10	1,5 km C
H 11-12	2,0 km C
H 12-12N	2,0 km N
H 13-14	3,6 km B
H 15-16	3,8 km A
H 17-	4,9 km A
H 40-	4,3 km A
H 50-	4,4 km A
H 60-	3,1 km A
H 70-	2,7 km A

Småtroll:

Fra samlingsplass. Premier til alle. Startkontingent kr 20.

Barneparkering:

På samlingsplass.

Vask:

Våtklut

Startkontingent:

Løpere t.o.m. 16 år kr 80, løpere f.o.m. 17 år kr 140.

Tillegg for etteranmelding hhv. kr 30 og 50 kr.

Faktura sendes klubbene etter løpet i henhold til påmeldte løpere.

Påmelding:

Internett: www.tyrving.idrett.no/o/nmsprint2007/ eller på epost til nm2007@tyrving.idrett.no eller til Henning Spjelkavik, tlf 93208067

Påmeldingsfrist onsdag 9. mai.

Etteranmelding innen 18. mai kl 1400, eller på samlingsplass inntil 1 t før start.



Kvitteringssystem:

EMIT-brikker benyttes. Brikkenummer oppgis ved påmelding. Brikkeleie kr 20.

Løpsleder:

Berit Danielsen, tlf 67562487 / 92090573, per.ekeberg@online.no

Løypeleggere:

Eystein Weltzien, Per Kristian Ekeberg, og Severin Lindseth.

Kontrollør:

Leif Størmer, Fossum IF

Premiering:

I hht. NOF's regler.

Informasjon:

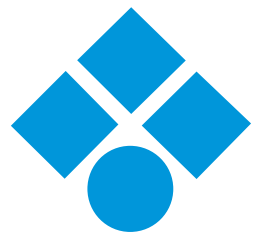
www.tyrving.idrett.no

Arrangementet støttes av:

expert



Norconsult



REC