


Befaring NM-natt 2015, Norgescup med O-idol og NM jun. stafett

<p>Deltakere:</p> <p>Tom Furland, Leder hovedkomite Ivar Johan Larsen, Leder teknisk Ann Cathrin Nybak Urdal, Leder sekretariat Morten Aamodt, Løpsleder NM-natt</p>	
--	---

NM natt fredag 18. september

Ankommer arena ca kl. 19:15, hilser på Løpsleder Aslak Kinneberg ute, og senere Lene Kinneberg inne på løpskontoret. Får pressemappe og kaffe/kake bong til oss alle for alle dager.



Premiepallen er på plass når vi ankommer arena.

Inne på skolen er det skofri sone, eller bruk av «blå sokker».





Løperne samles i gymsalen, i tilknytning til salen er det garderobes for herrer og damer. Status kl. 20:30. *IJL: det ble veldig trangt med så mye folk og mat og klær og skifting i denne salen, mye pga at de hadde mange bord der inne også. God ide men litt for mange folk til arealet.*

2 x PC med 2 prosjektorer til visning av Liveresulater på en skjerm og GPS tracking på skjerm nr. 2. Lyd fra arenaspeaker (kun enkel PC høyttaler – blir for spedt).



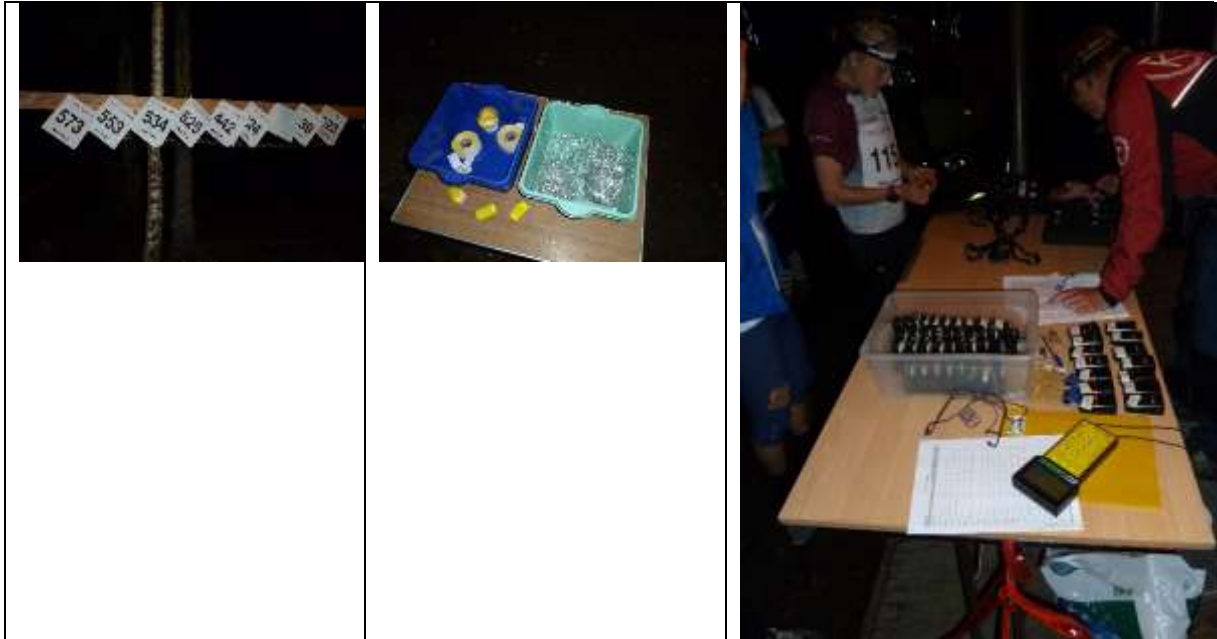
Ivar Johan og jeg tar turen til start, 2000 m langs vei merket med plastbånd og 3M refleksbånd – gatebelysning hele veien. Ingen løpere har lykta på til vei mot start.

Forstart ca 200 m før start. Ved bygg med overtak. Utdeling av startnummer, back-up lapp, emiTag og Emitbrikke for de som må låne (ca 70 løpere låner emiTag). Utdeling av GPS enheter og vester. Oppvarmingstøy samles inn og fraktes tilbake til arena. 2 toaletter ved forstart. Tips; sorter emiTag på forhånd og fest rundt en planke, etc.

Opprop på forstart 6 min før starttid (sjekker emiTag, brikkenr. og startnr.)

Anbefaler 4 personer på forstart.

Befaring NM-natt 2015, Norgescup med O-idol og NM jun. stafett



Start: Opprop 3 min før tidsstart. Anbefaler 6 personer ved start. Bare H21 med gabling og nummerert postbeskrivelse og kart. Start i hjørne av idrettsplass (grus) med lys. Eget telt over startbåser. IJL: de hadde også et eget lite pausetelt til arrangørene. Jeg synes vi bør kopiere dette med start i hjørnet på en opplyst bane, Det var helt ideelt mtp oppvarming og sånn.





Startet rigging av start ca. kl. 18

Media:

Ha klart bord, stoler, tilgang på strøm. Utdel pressemappe med program, startlister, kaffe/kake bong

Hjemmesider:

Legg ut jevnlig nyheter siste uker før løpet – også om publikumsløpet/direkteløypene. Minimum bør program med PM være klart 14 dager før, bl.a. med oppdaterte løypelengder. Flere nyheter - drypp underveis i arrangementet også viktig.

Arena:

Siste post og oppløp sperret med nettinggjerde.



Noe få tok feil av mål! Oppblåst målsegl og mållinje. Målområdet - med fakler som markerer innsport og målpost - i tillegg til gjerde- flettverk av orange plast.

Teknisk:

EQtiming ansvarlig for tidtaking. Stiller med egen tidtakervogn. Manuell back-up med trykk-knapp på NM-natt, arrangør må stille med personell.

Befaring NM-natt 2015, Norgescup med O-idol og NM jun. stafett

Ett bord for avlesning av brikke, ett bord for evt. feil, ett bord for utskrift strekktider.



Speaker:

Sigmund Vister som speaker alle dager. Traktorhenger med overbygg som speakertårn. Bra høytalersystem med god lyd og tilpasset styrke. EQtiming leverer speaker PC, i tillegg PC med GPS tracking.

Ønsker fra speaker:

- Forvarsel min 2 min før passering og oppløp
- Test meldeposter på forhånd – signalstyrke
- Speaker prioriter det en kan se på arena, derfor viktig med forvarsling.



Befaring NM-natt 2015, Norgescup med O-idol og NM jun. stafett



Forslag til forbedring: Speaker kommenterer GPS tracking som de ser i speakertårn. De som styrte GPS tracking på skjerm inne i gymsal viste gjerne noe annet. Kan dele skjerm via Skype/Lync etc. slik at det blir samsvar inne med speakerlyd og det en ser på skjerm.

Erfaring viser at det ikke er mange publikum som står ute, selv om det var god temperatur, men noen få regndrypp nå og da. Mange beveger seg litt inn og ut.

Gymsal kl. 22:50 (resterende løpere har gått til karanteneområde)



NB! Husk å sjekke at ventilasjon står på i bygget.

Karanteneområde i avdelt område på skolen. Ingen lyd fra speaker, eller kontakt med andre løpere/ledere. Løperne har med alt utstyr inn i karanteneområde, mens arrangør bærer bag'er ut mot gymsal.



Gymsal status kl. 00:30, og ute kl. 00:45



PS! Vinner i H21, Carl Godager Kaas løper i mål kl. 00:55 (svært få igjen på arena).

Arrangementet kan med fordel komprimeres – men det forutsettes da kortere startintervall.

JL: kortere løyper dvs vinnertider under stipulert vil vel også kun være positivt sånn vi vurderer dette. De beste vinner uansett, men vi trenger ikke at det blir så enorm spredning i tid. Litt mer overlappende klasser bør man også kunne få til.

Reiser fra arena ca kl. 01:00

Facts:

Klasse	D17-18	H17-18	D19-20	H19-20	D21	H21
Løypelengde	4,3 km	6,7 km	5,2 km	7,9 km	6,9 km	11,0 km
Samlet stigning	125 m	265 m	175 m	300 m	235 m	400 m
Stipulert vinnertid	40 min	52 min	50 min	60 min	60 min	77 min
Antall poster	11	13	13	16	16	23
Drikkeposter	0	0	0	1	0	2
Første start	21:03	20:56	21:01	21:22	21:11	21:07
Siste start	23:18	23:32	22:07	22:43	22:23	23:35
Antall	46	52	22	29	25	75
Startintervall	3 min	3 min	3 min	3 min	3 min	2 min
Antall startende	44	49	22	26	23	62
Vinnertid	46:56	51:28	53:00	66:12	68:38	82:37
Tid siste premie	+14:26	+21:44	+15:57	+6:30	+11:19	+34:16
Siste løper i mål	00:15	00:41	23:15	00:15	23:44	01:19
NOF regler - vinnertid	40 min	50 min	50 min	60 min	60 min	70 min
	Startintervallet settes til 2 min hvis deltakertallet overskrider 60 løpere					

NB! Husk å søke NOF tidlig om endring av startintervall.

Neste år; tenk gjennom logistikk og hvor løpere skal oppholde seg. Ingen sekker/bag'er i kantine, bruke garderobes for å skifte. Ingen utesko, skitne o-løpere inn i Måltidets hus.

JL: Vil være ideelt å ha et eget rom/lokale til å skifte før løpet (iPark, inngangsparti..??.) for vi vil ikke ha dem inn i dusj/garderoben som brukes etter løpet enda. Så kan vi ha noen til å frakte bag'er ned til gangen de kommer til etter målgang, så de får med seg tøyet sitt til dusjen. De som skal skifte/starte sent, kan være i Måltidets hus (i vanlige klær) frem til de skal skifte eller til karantenen starter...

Skal vi ha skjermer, eller oppfordre alle til å bruke egne iPad/PC. Tilbyr nett med god kapasitet? Først få kvalitet på det enkle, dvs. liveresultater og GPS tracking før vi evt. tenker på video fra oppløp!

Befaring NM-natt 2015, Norgescup med O-idol og NM jun. stafett

NOF har NOF_public med 4 sendere a 80 brukere; kanskje utvides neste år. Egen erfaring var at jeg mistet tilgang til nettet på min iPad et par ganger – bedre pålitelighet eller rutiner?

NB! På natt NM stilles alle klokker, meldeposter og PC 12 timer tilbake for å unngå problemer ved midnatt – nytt døgn, eks. kl 21:00 → kl. 09:00. Husk å stille alle meldeposter tilbake for løp lørdag/søndag.

Administrative opplysninger

NM natt – premier:

Bruksgjenstand – kunst fra lokal kunstner. Totalt premier for kr 4800 + billige rammer. Verdi 1. plass kr 500 - noe lavere videre nedover.



Nesten ingen personer til stede på premieutdeling. Ikke engang alle som skulle ha premie. Første klasse utdelt ca kl 2400.

Premieball:

Laget av: Europaller, strechlaken og innkjøpte tre-tall.

Kiosken –

På fredag – kiosk både ute og inne. Ett arbeids-skift i kiosken. Selger kaker, vafler, baguetter, griller pølser og hamburger med salatblanding. Diverse brus+ kaffe.

De hadde et lite telt til førstehjelp med en bære og litt utstyr. Virket som at en fra klubben bekjente dette (ikke alltid folk der). Dette var også teltet der de la tøy fra start, rett etter løpsdrikken.

Norgescup og O-idol 19 september

Ankommer arena i strålende høstsol ca kl. 11:00. Få løpere på arena.

Befaring NM-natt 2015, Norgescup med O-idol og NM jun. stafett



Løpsleder er fornøyd så langt ☺. Salgsbod utendørs med fornuftige priser.



Løpskontoret har flyttet ut. Standard resultatoppheng.

Befaring NM-natt 2015, Norgescup med O-idol og NM jun. stafett



Arenabilder:

Siste post spesiell detalj – profilering av sponsor. Fortsatt tynt blant publikum når vinner i O-idol H16 løper i mål kl. 12:28.



Arena kl. 15; lite publikum!



Lørdagens arrangement må komprimeres! O-idol klassene kan starte samtidig, ca. kl. 12.

Prøve å få mindre spredning her også mellom vinner og sistemann...?

Norgescupen H21. Samme startprosedyre som for NM natt. Se egen video.

Befaring NM-natt 2015, Norgescup med O-idol og NM jun. stafett

Facts:

Klasse	O-idol H16	O-idol D16	D17-18	H17-18	D19-20	H19-20	D21	H21
Løypelengde	5,2 km	4,3 km	2,8 km	3,5 km	3,0 km	3,6 km	4,2 km	5,1 km
Samlet stigning	200 m	200 m	110 m	160 m	130 m	150 m	150 m	220 m
Stipulert vinnertid	50 min	45 min	25 min	25 min	25 min	25 min	35 min	35 min
Antall poster	14	12	11	12	13	12	15	27
Første start	11:00	11:31	14:08	14:21	14:27	15:04	13:06	13:11
Siste start	11:48	12:19	15:58	16:37	15:25	16:14	13:48	14:49
Antall	25	24	51	63	28	30	20	40
Startintervall	2 min	2 min	2 min	2 min	2 min	2 min	2 min	2 min
Vinnertid	38:22	37:26	23:44	23:35	25:27	24:45	34:33	32:36
Siste løper i mål				17:19				

Teknisk:

Emit sier 8-10 års forventet levetid på emit postenhet. Bør ikke brukes i NM om de er eldre enn 7 år. Skru av alle postenheter og sjekk alder som er stemplet under enheten. Test alle emit bukker på forhånd, i god tid før løyper planlegges med koder. Utskrift på MTR vil gi beskjed dersom den ikke bør brukes, skriver ut kode 99 (står sikkert mer i manual). EQtiming kan rådføres.

Kart og løyper:

Ståle Sønsterudbråten med hovedansvar for løyper. Ta kontakt for ytterligere informasjon om tidsplan han hadde for løypelegging.

Løypeleggere: Vetle og Sondre Ruud Bråten (NM-natt), Anne Kamstrup Hovind (lørdag), Eirik Kamstrup Hovind (søndag). Ta kontakt med Eirik for tips om gafling og oppsett i OCAD for stafett (NB startnr.)

Kristen Treekrem har synfart og rentegnet kart. Prøvetrykk og kvalitetssjekk (print). Raumar vil ha et godt kart, og ønsker ikke bare et kart som er godt i løpstrase! Alle poster ble merket i terrenget fra starten av juni. Kontrollørene har vært på samtlige poster.

Kart for alle dager (samme kart) ble trykket av Luchs kart og trykk.

All løpetrykk ble trykket av Vidar Benjaminsen (Benjamin trykk), nærhet til trykkeri og kjennskap til orientering. Løpetrykk ble trykket 1,5 uker før løpene.

Alle kart ble pakket i plastlommer mandag i uken før løpet; 12 personer i tre grupper med 3 sveisemaskiner – ca 3 timer.

For NM-natt var det i H21 4 gaflinger, sjekket og godkjent av kontrollør.

For NM-natt ble alle postene satt ut torsdag. 4 personer gikk to og to sammen med bukker, postflagg og refleksrør.

Stafett: OCAD lager gaflings alternativer, definerer antall lag (50 i H17-20 og 40 i D17-20). Back-up kart trykkes og sorteres – oversikt per startnr. med gaflinger.

Tips: Avklare tidlig med EQtiming (Dagfinn) og løpetrykker (i dette tilfelle Vidar B.) hva de trenger.

Befaring NM-natt 2015, Norgescup med O-idol og NM jun. stafett

Direkteløyper/publikumsløp:

Ann-Cathrin og Ivar sprang direkteløyper. Det var to varianter – kort og lang, som tilsvarte O-idol løypene D16 og H16.

Påmelding på løpskontoret. Utdeling av «bong» som bekreftelse på påmelding – som ble byttet i kart på start. Fristart mellom kl 1330 og 1400.



Reiser fra arena ca. kl. 15:45.

Administrative opplysninger

Norgescup- pengepremier

O-idol bruksgjenstand – mapper/minibag – se bilde



NM jun. stafett søndag 20. september

Ankommer arena rett før kl. 10, og får med starten av H17-20.

Start på vei. Legg merke til sender for wifi NOF_public. Utdeling av GPS, emiTag og kontroll av brikker.

Ivar: Det var 4-5 personer som delte ut GPS, Emit-tag og sjekket listene/startnummer osv. Det ble litt kø ved utdeling av GPS (det tar litt tid å få disse på seg og løperne kommer nokså samtidig). Dette førte til at noen gikk forbi og kom inn i oppvarmingsfeltet uten Emit-tag... Samme personer delte

Befaring NM-natt 2015, Norgescup med O-idol og NM jun. stafett

nemlig ut både GPS og Emit-tag. Det var ikke optimalt. Kunne hatt GPS-utdeling for seg selv helt adskilt fra Emit-tag utdeling (eget telt/bord??)...



Solid kartoppheng for stafetten. 6 personer bemannet vekslingsfelt/kart i tilfelle noen lag tar feil kart. Alle back-up kart sortert og ligger klare.



Innkommende løper tar kart og overleverer til utgående løper.

Teknisk:

Manuell back-up med arrangør som skriver startnr. ved passering. Videokamera filmer målstreken (EQtiming utstyr).

Befaring NM-natt 2015, Norgescup med O-idol og NM jun. stafett



Storskjerm er ut – wifi nett og iPad/PC er inn!



Administrative opplysninger

NM stafett – Premie: kortreist mat (i pappose) + sokker. 1- premie verdi kr 500 x antall løpere på laget.

Medalje- pute til bruk for selve medaljene.

Premieutdeling

H17-20 ca kl. 13:45

D17-20 ca kl. 14:30



Reiser fra arena kl. 14:45

Befaring NM-natt 2015, Norgescup med O-idol og NM jun. stafett

Annen generell info

Raumar har ca 70 pers som er med å arrangerer - for hele helgen. 3 i sekretariat, 1 pers som presse/info som legger ut nyheter fortløpende.

Kiosken har lørdag – to arbeidsskift på – åpningstid fra kl 1000-1900

Arrangørene har klubbjakker med tekst "arrangør". De har også akkrediteringskort med viktig info som ansvarlige navn og tlf nr. SE bilde tidligere i dokumentet.

Forslag til premie neste år ift kortreist mat –«Gris i binge» sistepost- Nortura som sponsor.

Sponsor - bilfirma. 3 biler utstilt. I tillegg blant annet Oslo Avinor som sponsor.

Innleid toalett. 4 på samlingsplass og to på vei til start

For øvrig mye nyttig informasjon i PM og Program; kan med fordel brukes som mal til neste år.

Morten Aamodt