

## ***PM NM PREISJONSORIENTERING 10.09.2011***

**NM i presisjonsorientering (PreO)** er for første gang integrert som en del av NM-uka i fotorientering. PreO er ved siden av fot-o, ski-o og MTB-o en av de fire offisielle konkurranseformene som sorterer inn under Norges Orienteringsforbund. Det har vært arrangert egne NM i PreO siden 2006, så årets mesterskap er det 6. i rekken.

**Samlingsplass** er lagt til Vombakken som ligger i Bjerke Almenning langs Gamle Hadelandsvei. Kjør 11 km langs Rv 35 fra Thon Hotel Gardermoen (løperhotellet) mot Hønefoss. Det vil etter 11 km være merket fra avkjøring Vollaugmoen og frem til samlingsplass ved Vombakken (6 km). De siste km er langs dårlig gruset bomvei. Kjør forsiktig! Bomveivogtjenen er dekket gjennom startkontingenten. Parkering på samlingsplass.

**Start/Avstander.** Første start kl. 10.00. Kjøstart. Avstand start – tidspost 160 m. Deretter ytterligere 30 m til tidsstart. Avstand mål – samlingsplass 190 m.

**Kartet** er utarbeidet spesielt for NM i hht sprintnormen (ISSOM) i målestokk 1:5000 og med 2,5m ekvidistanse. Hjelpekurver 1 – 1,5m. Kartet er ikke PreO-revidert.

**Terrenget** er typisk Østlandsk blandingsskog beliggende ca 300m over havet. Innslag av mindre hogstfelt og delvis åpne myrområder. Generelt meget god til god siktbarhet.

**Løpstraséen** er frem og tilbake langs gruset skogsvei. Minimal høydeskilnad i løpstraséen, maks 10m.

**Løypa** består av 24 poster og 3 tidsposter. Enskjermeposter forekommer. Etter 1200m (halvveis) er det kartbytte. Her inndras kart og startkort for første del, og nytt kart og startkort for andre del utleveres. Det benyttes altså 2 forskjellige startkort. Løypa er satt etter elitestandard, og falske poster kan forekomme. Siktepinner er merket som følger:

1. del    Blå siktepinner nummerert fra 1-12
2. del    Røde siktepinner nummerert fra 1-12

Det er ikke tillatt å bruke egen stifteklemme. Oppsatte stifteklemmer SKAL benyttes og postene SKAL klippes i rekkefølge. Kontroll fra arrangør kan forekomme. Der hvor flere oppgaver skal løses fra samme siktepinne er oppsatt kun en stifteklemme. Det er ikke tillatt å forlate veien under konkurransen! Eneste avvik er ved post 6, del 1. Der tillates det å gå noen meter frem til siktepinne. Postringene er satt med 6 mm diameter, med unntak av post 3, del 2, som er satt med 7 mm diameter.

**Tidsposter** før tidsstart. Kjøstart. Deltakerne ropes opp og startkort utdeles ved samlingsplass. Gå deretter 130m frem til stoppskilt. Derfra ropes/fløytes de frem etter hvert som standplass blir ledig. Tidspostene gjennomføres etter TempO-metoden. Det vil si at deltaker ved oppstart utdeles tre kart nummerert fra 1 til 3. Deltakeren skifter selv kart og avgir svar fortløpende. Det er ikke tillatt å ”bla tilbake” til foregående kart etter avgitt svar. Det er 6 skjermesvar og svarene avgis etter det fonetiske alfabetet med henholdsvis ALFA – BRAVO – CHARLIE – DELTA – ECHO – FOXTROT. Maxtid 3 min – 180 sek. Varsel gis når 10 sek igjen. Det benyttes ikke ”falske” poster som tidsposter. Etter tidsposter er det ca 30 m til tidsstart hvor starttid påføres startkortet.

**Total maxtid** er satt til 144 min.

**Målgang.** Det er kort avstand fra siste siktepinne til mållinje. Det er ikke tillatt å krysse mållinje ved bedømming av post 24. I så tilfelle inndras startkort og deltaker fratras et poeng. Etter at startkortet er påført måltid går deltaker 160 m tilbake til mål og leverer startkort i sekretariatet.

**Premiering** vil foregå på hovedarena for fot-o, Rustad Gård, mellom 1530 og 1545. 1/3 premiering i tillegg til NOFs diplom. Det er merket fra Vombakken til Rustad Gård. Avstand er 28 km med en anslått kjøretid på 25-30 min. Egen parkering for PreO nær arena. Vi oppfordrer alle PreO deltakere til å støtte opp om premieseremonien som vil foregå sammen med utdeling av premier for NM Mellomdistanse.

**Arena Vombakken** vil ha et enklere serveringstilbud under konkurransene i PreO. På hovedarenaen, (Rustad Gård), vil det være et større serveringstilbud som anbefales.

**Endringer og/eller tillegg** i PM vil bli slått opp på Arena Vombakken.