

Örebro Läns Orienteringsförbund (ÖLOF)

Anvisningar för arrangörer av orienteringstävling

Version 2017-03-19

Innehåll

1	Inledning.....	3
2	Allmänna anvisningar.....	4
3	Utbildning.....	11
4	DM-tävlingar.....	12
5	Arrangemang.....	16

1 Inledning

Dessa anvisningar gäller som rekommendationer för arrangörer av orienteringstävlingar i Örebro län. De är komplement till de bestämmelser och anvisningar som finns i SOFT:s "Tävlingsregler och anvisningar" och i handböckerna "Arrangemang", "Banläggning", "Kontrollbeskrivningar", "Mark och vilt" och "Markpolicy" samt på SOFT:s Internetsidor under rubriken "Tävlingsinformation".

Anvisningarna är utarbetade av ÖLOF:s tävlingskommitté. Den senaste versionen finns på ÖLOF:s Internetsidor med adress <http://www.orientering.se/orebro/> under fliken "Tävling" därefter "Arrangemang".

Synpunkter och förslag till förbättringar av anvisningarna mottages tacksamt av tävlingskommittén.

1.1 ÖLOF:s tävlingskommitté

Tävlingskommittén består av följande personer för perioden 2017/18:

Björn Alpberg Almby IK	bjorn.alpberg@nethouse.se	070-268 80 80
Torun Pahlm Garphyttans IF	torun.pahlm@gmail.com	070 - 293 62 14
Lars Arlebo KFUM Orientering	lasse@arlebo.se	073-983 50 60
Jan Gustafsson Hagaby GOLF	gustafsson.runnaby@telia.com	
Daniel Attås OK Tisaren	daniel.attas@hotmail.com	076-847 37 55

1.2 Adjungerad i markfrågor:

Funktionen är för närvarande vakant

2 Allmänna anvisningar

Rådgivning och hjälp till arrangörer

En arrangör som känner osäkerhet inför en uppgift kan och bör alltid be om råd eller hjälp. Tveka inte att fråga någon från en mer erfaren arrangörsklubb. ÖLOF:s tävlingskommitté ställer också gärna upp med rådgivning och med att förmedla kontakter.

Ban- och tävlingsrådgivarna är erfarna arrangörer och banläggare. Ta kontakt med dem i god tid för att diskutera arrangemanget och banläggningen. De har säkert många bra synpunkter och goda råd att dela med sig av.

2.1 Tävlingsprogrammet i Eventor

Arrangören ska registrera sin tävling i tävlingsprogrammet i Eventor senast den 31/1 året innan tävlingen. En guide för detta finns på Eventors hemsida och eänk till Eventor bör finnas på varje klubbs hemsida för arrangemanget. Tävlingarna skall vara godkända av ÖLOF senast 30/6. Frågor om tävlingsprogrammet besvaras av Ingemar Widén.

2.2 Profil- och Värde tävlingar

ÖLOF rekommenderar att klubbar som arrangerar tävlingar som lämpar sig för Profil- (SM, Silva League etc.) och Värde tävlingar (USM etc.) också söker dessa.

Mer information om ansökan mm finns på SOFT:s Internetsidor. Ansvarig hos SOFT är Henrik Skoglund (henrik@idk.se) 08-587 720 30.

Informera alltid ÖLOF:s tävlingskommitté om era ansökningar och idéer.

2.3 Samråd före tävling

I god tid, 3-6 månader, före tävling skall samråd hållas med **markägare** och **jakträttsinnehavare** för det område där tävlingen skall genomföras. Det som ni kommer överens om vid samrådet bör dokumenteras skriftligt.

Samråd ska också hållas med **länsstyrelsens naturvårdsenhet**. Naturvårdsenheten har god kännedom om var känsliga områden finns och ställer gärna upp med råd om vilka områden som bör undvikas.

På SOFT:s Internetsidor och i skriften "Mark och vilt" och "Markpolicyn" finns direktiven som förhandlats fram mellan SOFT och Naturvårdsverket (SNV).

En stor mängd information om värdefulla naturområden finns på Skogsvårdsstyrelsens Internetsidor. Gå in på www.skogsstyrelsen.se och gå vidare till "Skogens pärlor". Ta för vana att kontrollera vilka områden ni behöver ta hänsyn till tidigt i planeringen för en tävling.

2.4 Karta

Om kartor skrivs ut på färgskrivare är det mycket viktigt att både utskrifts- och papperskvaliteten blir tillräckligt bra. Vid minsta tveksamhet, be ÖLOF:s kartkommitté om råd.

Observera anvisning för kartnorm (länk till: [Kartnorm och policys](#))

2.5 Banläggare

Arrangörsklubben ansvarar för att banläggaren har den kompetens och erfarenhet som krävs för att utföra uppdraget på ett bra sätt.

2.6 Ban- och tävlingsrådgivning

ÖLOF har en fast grupp av ban- och tävlingsrådgivare. Gruppen består av vana banläggare från distriktets klubbar. ÖLOF:s tävlingskommitté fördelar ansvaret för ban- och tävlingskontroll bland dessa.

Anvisningar för ban- och tävlingskontroll finns i SOFT:s ”Tävlingsregler och bestämmelser”. Observera att banrådgivaren måste få sitt underlag i god tid, **minst 2 månader före tävlingen**.

ÖLOF rekommenderar att arrangörsklubben betalar reseersättning till rådgivarna motsvarande den skattefria reseersättningen, för närvarande 18,50:-/mil.

2.7 Klassindelning, svårigheter, banlängder och distansens särart

Klassindelning, svårigheter och banlängder ska följa de anvisningar som finns i SOFT's ”Tävlings-regler och anvisningar”. I Banläggarboken finns rekommendationer och exempel på banor med olika svårighet och för olika typer av tävlingar. En ny upplaga av Banläggarboken utkom i januari 2007.

Banläggaren ska sträva efter att anpassa banorna till varje distans särart, se riktlinjerna i Banläggarboken eller i Tävlingsregler och anvisningar på SOFT:s hemsida

- Sprintdistansens profil är hög fart.
- Medeldistansens profil är teknisk orientering.
- Långdistansens profil är vägvalsbedömning och fysisk utmaning.
- Ultralångdistansens profil är extrem fysisk utmaning och vägvalsbedömning.
- Stafetten/budkavlens profil är ”kamp man mot man/ kvinna mot kvinna”.
- Nattorientering, långdistans profil är vägvalsbedömning i lättframkomlig terräng.

Banlängderna ska anpassas till den aktuella terrängen. De banlängder som anges är riktvärden för individuell dagtävling. Verklig banlängd får, utan samråd med ÖLOF i varje enskilt fall, avvika upp till +10 / -20 % av riktvärdet. Arrangör som önskar avvika mer än +10 / -20 % från riktvärdet ska ta kontakt med ÖLOF:s tävlingskommitté.

Speciella rekommendationer gäller för DM-tävlingar. Se senare avsnitt.

2.8 Rätt svårighet på ungdomsbanor

Vi ska hålla de svårighetsnivåer som anges i Banläggarboken. Alla moment som anges för en viss nivå ska finnas med, men alla sträckor ska förstås inte ha högsta tillåtna svårighet.

2.9 Distribution av inbjudan, startlista, PM och resultatlista

Inbjudan, startlista, PM och resultatlista skall läggas ut på arrangerande klubbs Internetsida samt under rubriken "Dokument" i Eventor.

2.10 Pressinformation

Det är viktigt att informationen till pressen fungerar både före, under och efter tävlingen. Det är ett absolut krav vid tävling med elitklasser.

Varje förening skall ha en presskontakt som administrerar kontakter med Press och TV.

Efter genomförd tävling skickas resultaten till sporten@na.se

2.11 Anmälningavgifter

Gällande anmälningavgifter anges på SOFT:s hemsida under "Arrangemang"

2.12 Tävlingsavgifter/Tävlingsrapport

Tävlingsrapporten skall skapas i Eventor direkt efter att resultatet för tävlingen har laddats upp.

Därefter skall tävlingsledare och tävlingskontrollant inom 10-dagar signera tävlingsrapporten. Detta görs genom att respektive "funktionär" besöker tävlingens informationssida i Eventor i inloggat läge och klickar på länken *Signera tävlingsrapport*. Om flera tävlingsledare och/eller tävlingskontrollanter finns räcker det att en av dessa signerar rapporten.

- Tävlingsavgiften skall betalas till ÖLOF, inom 30 dagar efter tävlingen genomförande.
- SOFT-avgiften skall betalas till SOFT inom 30 dagar efter tävlingens genomförande.

För klubb- och närtävlingar betalas inga avgifter men vi uppmanas alla att använda Eventor även för dessa aktiviteter då det ger oss bra statistikunderlag för länet. Vi uppmanar därmed alla att använda Eventor även för alla orienteringsaktiviteter.

2.13 Vakansplatser i ungdomsklasserna

Enligt modell från Östergötland och enligt beslut på ÖLOF:s fackkonferenser ska det finnas vakansplatser i ungdomsklasserna (DH 10-16 samt U-klasser och inskolningsklass).

Vakansplatser ska vara inlottade och finnas med i startlistan. Anmälan sker endast på tävlingsdagen. Anmälningsavgiften är lika som för efteranmälan. Arrangörsklubben avgör hur många vakansplatser som ska finnas i varje klass. En rekommendation är minst 5 platser per klass beroende på antalet anmälda. När platserna är anvisade hänvisas löpare till öppna klasser. Information om vakansplatser i ungdomsklasserna ska finnas i inbjudan och PM.

2.14 Rekommenderade snitselfärger

P – TC	röd
TC – Start 1	orange – vit
TC – Start 2	orange – blå
TC – Start 3	orange – grön
sista kontroll – mål	röd – vit
efter banan (dag)	orange – vit
efter banan (natt)	vit
förbjudna områden	blå – gul (det billigare svart – gula bandet får användas)
otydliga stigar	vit

2.15 Avstånd till start

Det är viktigt att avståndet till start för de allra yngsta klasserna inte är för lång (U-klasser, Inskolning, DH10, DH12). Start för dessa klasser skall vara placerad så nära TC som möjligt.

2.16 Fri starttid

Fri starttid med startstämpling är tillåtet i samtliga klasser förutom rankingmeriterade klasser, ungdomsklasser och vid DM-tävlingarna. Meritering för Sverigelistan gäller om så kallad ”fri intervallstart” används, dvs. om endast en löpare med lika bana startar samtidigt.

2.17 Startdjup

Önskemål om längre startdjup har framförts från föräldrar för att exempelvis ha möjlighet att skugga eget barn och även hinna springa själv. Utnyttja tiden före första ordinarie start (start för efteranmälda) vid stämpelstarten.

2.18 Heltäckande klädsel

Tävlande ska under tävlandet ha kläder som täcker hela kroppen med undantag av huvud, hals och armar (TR 6.4.2). Under senare år har respekten för regeln minskat. Följande ska gälla på alla tävlingar i distriktet:

Klädselkontroll ska finnas på väg till start. Kontrollen kan t.ex. ske i samband med nollning av löparbricka.

Vid klädselkontrollen ska det finnas möjligheter att korrigera mindre brister i klädseln med t.ex. tejp och säkerhetsnålar.

Löpare som kommer till starten med bristande klädsel ska hindras från att starta (TR 5.11.1).

Tydlig information om den skärpta tillämpningen av regeln ska ges i PM och av speakern.

2.19 Skuggning

Skuggning är tillåten i öppna klasser, U-klasser och inskolningsklass. Skuggning får normalt inte utföras av någon som själv senare deltar i tävlingsklass. Om skuggning är tillåten skall det anges i PM.

Kartor med inritade banor för de som skuggar bör finans tillgängliga vid starten. Det är tillräckligt med svart – vita kopior. Information om kartor ska finnas i PM.

2.20 Viltrapportering

Viltrapportering ska finnas vid alla tävlingar. Plats för rapportering ska anordnas vid målfällan, efter målgång med före eventuell insamling av kartor.

Rapportera gärna till markägare och jakträttsinnehavare om tävlingens förlopp och viltets rörelser. Det bidrar till goda relationer.

2.21 Tävlingsjury

Tävlingsjury skall finnas på alla nationella tävlingar. Juryn ska bestå av minst tre personer, från minst två olika klubbar, ingen från arrangerande klubb eller tävlingskontrollanten får delta.

Arrangören utser tävlingsjury i samråd med någon från ÖLOF:s tävlingskommitté och anslår detta på informationstavla vid tävlingsarenan.

2.22 Priser

ÖLOF:s rekommendation gällande tävlingspriser.

Miniknat	100 % (utdelning vid målgång)
Inskolning	100 % (utdelning vid målgång)
DH 10-12 inkl. Kortklass	minst 50 %
DH 13-16 inkl. Kortklass	minst 30 %
U-klasser	minst 30 % (lottas ut bland dem som fullföljt)
DH 17-21 elit och huvudklasser	ca 20 %
DH 35- huvudklasser	ingen rekommendation, upp till arrangören att bedöma
motion och öppna klasser	inga krav på priser, upp till arrangören att bedöma

Dam- och herrklasserna skall ha likvärdiga priser.

Speciella rekommendationer gäller för DM-tävlingar, se senare avsnitt.

2.23 Speakerfunktionen

Speakern är på de flesta tävlingar viktig för att man ska kunna följa tävlingen och för att intresset ska hållas vid liv. På vissa mindre tävlingar kanske inte speaker behövs. Det är viktigt att speakern har bra bisittare. Det är omöjligt för en person att hålla reda på vad som händer och samtidigt presentera det på ett intressant sätt.

IP Skogens högtalarutrustning anses ofta inte vara tillräckligt bra.

2.24 Datasystem

OL-dataföreningen hyr ut datorutrustning och programvaror för tävlingsadministration till sina medlemmar. Utrustningen får lånas för utbildning i tävlingsadministrativa programvaror.

För viss låneutrustning krävs att utbildning genomgått (t.ex. radioenheter)

3 Utbildning

Kom ihåg att utnyttja SISU för utbildning i klubbarna. Kontaktperson på SISU är Sven-Göran "Svennis" Gustafsson.

4 DM-tävlingar

Årligen arrangeras DM-tävlingarna sprintdistans, medeldistans, långdistans, natt och stafett. En klass har DM-status när minst två löpare eller lag kommer till start. Vid för få anmälda vid ordinarie anmälans utgång slås klasser samman. Ev. efteranmälda går in i befintlig klass efter sammanslagning.

För sprintdistansen önskar vi Sprintnorm men kräver inte detta.

4.1 Klassindelning, svårigheter och banlängder

De banlängder som anges avser individuell tävling under dagtid och är riktvärden i kilometer. Verklig banlängd kan avvika upp till 20 % av riktvärdet efter samråd inom distriktet (OF). Särskild hänsyn ska tas för ungdomar och de allra äldsta. Banlängder skall framgå av arrangörens inbjudan.

Vid nattorientering rekommenderas samma klassindelning och nivå som vid dag. Vid långdistans rekommenderas en avkortad segrartid om ca 20 %.

Klass-beteckning	Svårighet	Banlängd	Sprint		Natt	Stafett
			Medel	Lång		
D10	Vit	(12-15 min)	2,0	2,5		Ej DM-klass
D12	Gul	(12-15 min)	2,5	3,0		
D14	Orange	(12-15 min)	3,0	4,0		Ej DM-klass
D16	Violett	(12-15 min)	3,5	4,5		
D18	Svart	Ej DM-klass	3,5	5,0	Ej DM-klass	Ej DM-klass
D20	Svart	(12-15 min)-	3,5	5,5		Ej DM-klass
D21	Svart	(12-15 min)	4,0	9,0		
D35	Svart	(12-15 min)	3,5	6,0		
D40	Svart	(12-15 min)	3,5	5,0		Ej DM-klass
D45	Svart	(12-15 min)	3,0	4,5		
D50	Svart	(12-15 min)	3,0	4,0		Ej DM-klass
D55	Svart	(12-15 min)	3,0	4,0		
D60	Svart	(12-15 min)	2,5	3,5		Ej DM-klass
D65	Svart	(12-15 min)	2,5	3,5		
D70	Blå	(12-15 min)	2,5	3,0		Ej DM-klass
D75	Blå	(12-15 min)	2,0	3,0		
D80	Blå	(12-15 min)	2,0	2,5		Ej DM-klass
DH12	Gul-Vit-Gul					3,0-2,5-3,0
D13-16	Orange-Gul-Orange					3,5-3,0-3,5
D21	Svart					5,0-3,5-5,0
D35	Svart					4,0-4,0
D45	Blå					3,5-3,5
D55	Blå					3,5-3,5
D65	Blå					3,0-3,0
D75	Blå					2,0-2,0

Herrklasser

Klass- beteckning	Svårighet	Banlängd		Lång	Natt	Stafett
		Sprint	Medel			
H10	Vit	(12-15 min)	2,0	2,5		Ej DM-klass
H12	Gul	(12-15 min)	2,5	3,0		
H14	Orange	(12-15 min)	3,0	4,0		Ej DM-klass
H16	Violett	(12-15 min)	3,5	5,0		
H18	Svart	Ej DM-klass	3,5	6,5	Ej DM-klass	Ej DM-klass
H20	Svart	(12-15 min)-	3,5	7,5		Ej DM-klass
H21	Svart	(12-15 min)	4,5	11,0		
H35	Svart	(12-15 min)	4,5	8,0		
H40	Svart	(12-15 min)	4,0	7,5		Ej DM-klass
H45	Svart	(12-15 min)	4,0	6,5		
H50	Svart	(12-15 min)	3,5	6,0		Ej DM-klass
H55	Svart	(12-15 min)	3,5	5,5		
H60	Svart	(12-15 min)	3,5	5,0		Ej DM-klass
H65	Svart	(12-15 min)	3,0	4,5		
H70	Blå	(12-15 min)	2,5	4,0		Ej DM-klass
H75	Blå	(12-15 min)	3,0	3,5		
H80	Blå	(12-15 min)	2,5	3,0		Ej DM-klass
DH12	Gul-Vit-Gul					3,0-2,5-3,0
H13-16	Orange-Gul-Orange					4,0-3,0-4,0
H21	Svart					8,0-5,5-8,0
H35	Svart					6,5-6,5
H45	Blå					5,5-5,5
H55	Blå					4,5-4,5
H65	Blå					4,0-4,0
H75	Blå					3,0-3,0

I samband med DM-tävlingarna bör även följande klasser arrangeras. Dessa klasser har inte DM-status.

Klass	Sprint	Medel	Lång	Natt	Stafett
Öppen Motion	X	X	X	X	X (ind)
U-klasser	-	X	X	-	-
Inskolning	-	X	X	-	-
Kort	-	-	X	-	-
Minikat	X	X	X	-	X

4.1.1 Stafett

4.1.1.1 DH12

DH12 är en klass där lagen kan bestå av 3 flickor, 3 pojkar eller en mix av flickor och pojkar. Den **högsta åldern** ska vara **högst** 12 år. Överåriga löpare får inte användas. Alla sträckor skall vara raka. Sträcka 2 får springas av maximalt 3 löpare.

4.1.1.2 D13-16 och H13-16

Den **högsta åldern** ska vara **högst** 16 år. Överåriga löpare får inte användas. Sträcka 1 och 3 ska vara gafflade. Sträcka 2 ska vara rak. Sträcka 2 får springas av maximalt 3 löpare.

4.1.1.3 DH21

Samtliga sträckor ska vara gafflade.

4.1.1.4 DH35, DH45, DH55, DH65 och DH75

Varje lag skall bestå av två löpare. Damlöpare kan ingå i herrlag. Båda sträckorna ska vara gafflade. Klassnamnet anger minimiålder för löpare i klassen.

4.2 Priser

ÖLOF:s styrelse utser prisutdelare för DM-tävlingar.

Plaketter tillhandahålls av ÖLOF men betalas av arrangörsklubben. För att täcka kostnaderna får arrangören öka anmälningsavgiften med 10 kr för individuella DM och med 15 kr för DM-stafett.

DH 10 – DH 21	Plaketter till de tre bästa i respektive klass
DH 35-	Plakett till segraren i respektive klass

Vid DM-stafett får varje löpare i laget en plakett. Även extra löpare i ungdomslag erhåller plakett.

DM-plaketter delas ut om antalet startande i klassen är minst två.

Övriga priser tillhandahålls av arrangören. I ungdomsklasser ska priser delas ut enligt rekommendationer för övriga tävlingar.

För ungdomsklasserna kan prisutdelningen gärna göras lite festligare t.ex. genom att pristagarna stiger upp på en prispall.

4.3 Deltagande i DM-tävlingar

4.3.1 Deltagare från arrangerande förening

Den arrangerande klubben beslutar huruvida klubbens egna löpare ska få delta i DM-tävling. Följande rekommendation från ÖLOF:s styrelse kan fungera som vägledning: Den arrangerande klubbens löpare i ungdoms- junior- och seniorklasser bör få delta. Detta förutsätter naturligtvis att löparna inte har för stor terrängkännedom och inte har provlöp banorna.

4.3.2 Deltagare från andra distrikt eller länder

Enligt en rekommendation från SOFT bör löpare från andra distrikt eller länder få delta i DM-tävlingar utom tävlan. Vid tävlingar med gemensam start kan dessa löpare starta tillsammans med det övriga startfältet. Vid tävlingar med individuell start kan de inlottas i det ordinarie startfältet.

I resultatlistan bör löpare utom tävlan redovisas separat efter övriga löpare i klassen.

4.3.3 Sammanslagning av klasser

Vid för få anmälda vid ordinarie anmälans utgång slås klasser samman. Ev. efteranmälda går in i befintlig klass efter sammanslagning.

4.4 Förenklade arrangemang

Möjligheterna att göra arrangemangen enklare har diskuterats. En möjlighet skulle kunna vara att betrakta DM som distriktstävlingar. Det medför lägre krav på arrangemanget enligt tävlingsreglerna t.ex. behöver inte dusch finnas på TC om arrangören hänvisar till någon annan dusch i närheten.

Arrangör som vill pröva ett enklare arrangemang ska kontakta ÖLOF:s tävlingskommitté i god tid innan inbjudan skickas ut.

4.5 Samarbete med andra distrikt

Möjligheten att lägga ut DM-tävlingarna till andra distrikt har också diskuterats. Fördelen är att alla distriktets löpare kan delta. Nackdelen är att det blir längre att åka och att känslan av en "egen" DM-tävling försvinner.

Även här gäller att arrangör som vill flytta DM utanför distriktet ska kontakta ÖLOF:s tävlingskommitté i god tid innan inbjudan skickas ut.

5 Arrangemang

5.1 5-mannastafett

Sträcka	Banlängd [segrartid i minuter]	Svårighet	Gafflad/Rak
1	25 (ca 4,5 km)	Blå	Gafflad
2	35 (ca 6,5 km)	Blå	Gafflad
3	15 (ca 2,5 km)	Vit	Rak
4	20 (ca 3,5 km)	Gul	Rak
5	25 (ca 4,5 km)	Blå	Gafflad

Det finns inga begränsningar för respektive sträcka, men laget måste bestå av:

- Minst en löpare som är \leq H14, eller \geq H60, eller \leq D18, eller \geq D50
- Förutom ovanstående löpare, minst en löpare som är \leq H16, eller \geq H45, eller \leq D20, eller \geq D35
- Max en H21a
- Minst en dam. Gäller ej småklubbar eller det sista ”ihop skrapade” laget för större klubbar.

På sträcka 3 och 4 får upp till tre löpare delta, men bara en SI-pinne användas, dvs. endast en person växlar.

Om löpare som normalt tävlar i olika tävlingsklasser springer samma sträcka så räknas det som om sträckan löpts av den som springer tuffaste tävlingsklassen. Om det t.ex. är tre löpare som tävlar i H14, H20 och D12 som springer sträcka 3 i ett lag så räknas det som om laget använt en H20-löpare på den sträckan. Vid mixad könsfördelning på en sträcka räknas det som om sträckan löpts av en herre.

Tävlingen mellan klubbarna avgörs genom ett handikappsystem.

ÖLOF:s tävlingskommitté beräknar klubbarnas handikappöng. Regler för detta presenteras på ÖLOF:s tävlingskommittés Internetsida.

5.2 Korpen propagandaorientering

Korpen är ett samarrangemang mellan Närkes Skogskarlar Klubb (NSK) och den klubb som ÖLOF utser efter samverkan med distriktets övriga klubbar.

Från tävlingsreglernas synpunkt betraktas Korpen som en distriktstävling.

Anvisningar för arrangemanget framgår av förslag till avtal mellan NSK och arrangerande klubbar.

5.3 Parkserien

Vi ser gärna att vuxna får möjlighet att efter ungdomarnas tävling springa vissa utvalda banor eventuellt med gemensam start. Detta kan också innebära en extra intäkt för den arrangerande klubben.

Sympunkter på innehållet i detta dokument delges ÖLOF:s tävlingskommitté.