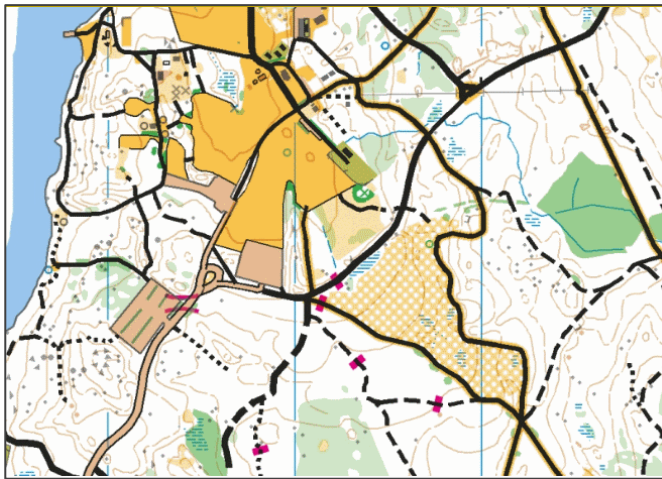


STÖDDOKUMENT

Arrangörsguide för MtbO-tävlingar

VERSION 2017-01-09



Syfte och målgrupp

Det här dokumentet kompletterar regelverkets anvisningar med grundläggande och mer praktiska moment.

Det kan användas som stöd för nya eller erfarna arrangörer vid planering och genomförande av tävling. Det kan också användas som utbildningsmaterial.

Dokumentet är levande och kommer att uppdateras allt eftersom med bra exempel, texter och formuleringar.

Guiden är framtagen av:

- Annika Engström, OK Kåre annika.ak.engstrom@hotmail.com
- Anders Thomasson, Ulricehamns OK andersth51@gmail.com
- Stefan Kollberg, Eksjö OK s.kollberg@telia.com
- Hans Kööhler, Trollhättans SOK hans.koohler@telia.com

Har du som användare synpunkter och förslag, kontakta gruppen ovan, eller Peter Bergström, SOFT, på peter.bergstrom@orientering.se.

Innehåll

1.	Planering	3
1.1.	Tävlingsansökan	3
1.2.	Organisation och utbildning	3
1.3.	Samråd och hänsyn	4
1.4.	Säkerhet	5
1.5.	Information till allmänheten	5
2.	Karta	5
2.1.	Kvalitetssäkring	5
2.2.	Regler och anvisningar	5
2.3.	Konvertering av OL-karta till MtbO-karta	6
2.4.	Kartnormen	7
2.5.	Ritteknik i Ocad	8
2.6.	Karttryck och utskrift	8
3.	Klasser, banlängder och svårighetsnivå	10
3.1.	Klassindelning och beräknade segrartider	10
3.2.	Svårighetsnivå	10
4.	Banläggning	11
4.1.	Disciplinernas särarter	11
4.2.	Banor och banstråk	11
5.	Parkering, arena och dusch	14
5.1.	Parkering	14
5.2.	Arena	14
5.3.	Dusch	14
6.	Start- och målplats	15
7.	Tävlingsadministration	15
7.1.	Nummerlappar	15
7.2.	Lottning	15
8.	Information till tävlande	16
8.1.	Inbjudan	16
8.2.	Tävlings-PM	16

1. Planering

1.1. Tävlingsansökan

Senaste ansökningsdatum

Ambitionen är att följande datum ska gälla för tävlingsansökan, men under en övergångsperiod på obestämd tid gäller tills vidare möjlighet att komplettera med senare ansökningar:

- Ansökan om **mästerskapstävling eller nationell tävling** ska ske i Eventor senast den 31 mars året före tävlingsåret.
- Ansökan om **distriktstävling** ska ske i Eventor senast 15 maj året före tävlingsåret.
- Ansökan om **värdetävling**, såsom SM, WRE eller Svenska Cupen, sker genom kontakt med SOFT:s MtbO-grupp i tidigt skede för samordning av tävlingsprogrammet.

Stöttning från arrangörscoacher

För att säkra kvaliteten och höja lägstanivån på arrangemang har SOFT tillsatt ett antal arrangörscoacher som stöttar kommande arrangörer av värdetävlingar.

Sök gärna dubbeltävling

MtbO-utbudet i Sverige är ännu inte så omfattande så de flesta aktiva reser betydligt längre än vanligt för att kunna tävla. Det är då en stor fördel om en arrangör kan erbjuda två tävlingar samma helg, eller samverka med en närliggande arrangör för att kunna samordna en gemensam tävlingshelg.

Sök gärna kontakt med SOFT:s MtbO-grupp för att få hjälp med planeringen då det alltid är attraktivare med dubbeltävlingar, något som sannolikt också ger fler startande.

Andra tävlingar samma dag

Vid val av tävlingsdatum bör det kontrolleras så att inte lokala arrangemang i andra idrotter konkurrerar om tävlingsområdet.

För nationella tävlingar och distriktstävlingar bör det också kontrolleras så att inte större mountainbikelopp arrangeras samma dag.

1.2. Organisation och utbildning

För att kunna arbeta effektivt med arrangemanget bör en ledningsgrupp tillsättas i god tid, gärna upp till ett år före tävlingen. Ledningsgruppen bör bestå av åtminstone en tävlingsledare och en banläggare.

Ny MtbO-arrangör bör i god tid, gärna under året före den egna tävlingen, planera in studiebesök på en MtbO-tävling. Speciellt viktigt är det för tävlingsledare, kartritare (konverterare*), banläggare och ansvarig för arenan. Resterande funktionärer kan rekryteras tre till fyra månader före tävlingen.

Svenska Orienteringsförbundet har tagit fram regler och anvisningar som gäller när tävling ska arrangeras. Regler och anvisningar kan hittas på SOFT:s hemsida under:

www.svenskorientering.se/Grenar/Mountainbikeorientering/Arrangera/Tavlingsreglerochhanvisningar/

*) *Konverterare = person som konverterar en orienteringskarta till en karta för MtbO*

1.3. Samråd och hänsyn

Markägarkontakter

Mtb-orienteringen har ett annorlunda förhållningssätt till kartan jämfört med traditionell orientering eftersom idrotten i princip enbart utövas på stigar och vägar. Exempelvis kan plötsligt vägval genom hästgårdar eller liknande bli känsligt, något som normalt kan undvikas vid vanliga orienteringstävlingar.

När en ny karta ska ritas, eller konverteras, ska markägarkontakter tas. Är det fråga om konvertering av en existerande orienteringskarta får det förutsättas att markägarna känner till att det förekommer orienteringstävlingar. Det bör ändå tas en markägarkontakt innan arbetet påbörjas.

När en ny tävling ska arrangeras, och innan banläggningen påbörjas, ska alla berörda markägare kontaktas personligen så att eventuella synpunkter kan beaktas. Bekräfta gärna dessa markägarmöten skriftligt via mejl till den det berör.

Nära tävlingen, dock minst en månad före, bör alla markägare kontaktas igen för att bli påminda om tävlingen. Då kan eventuella nytillkomna hinder fångas upp och det finns fortfarande en möjlighet att göra förändringar av karta och banor.

Kontakt med myndigheter

Då tävlingsområdet till skillnad från vanlig orientering ofta berör allmänna utrymmen, såsom gator, gång- och cykelbanor, parker etc. är det ett antal ansökningar och samråd som kan behöva göras:

- **Polistillstånd** behöver sökas för att få genomföra ett arrangemang på allmän plats (allmän väg, park etc.). Det bör göras minst 3 månader före tävling och kostar 600-800 kr.
- **Tävlingstillstånd hos Länsstyrelsen** behöver sökas om tävlingen genomförs på allmän väg. Med tävling menas här aktivitet med tidtagning. Länsstyrelsen, i sin tur, inhämtar remisser från olika håll, t ex Trafikverket, Polisen, Naturvårdsenheten, Kommunen m fl. Det kan ta tid så tävlingstillståndet hos Länsstyrelsen bör ordnas minst 6 månader före tävling. Kostnad 2500-3000 kr.
Om inte allmän väg nyttjas utan tävlingsområdet bara berör stigar, motionsspår och skogsvägar behöver ej ovanstående tillstånd sökas.
- **Samrådsanmälan enligt Miljöbalken hos Länsstyrelsen** vid friluftssportarrangemang behöver ske under vissa omständigheter, t ex om det förväntas mer än 150 deltagare. Det kan också vara aktuellt om skyddade naturområden berörs, om tävlingen sker inom vårdperioden (början av maj – 30 juni) eller om det förekommer många natur- eller kulturvärden. Samrådsanmälan behövs inte vid när-, krets- och klubb tävlingar, oavsett när på året de arrangeras. Det finns dock en passus om ”särskild hänsyn” om arrangemanget förväntas samla mer än 100 deltagare.

Anmälan om samråd bör göras mycket tidigt, normalt 6-12 månader i förväg då det ofta är mycket långa handläggningstider. Eventuella inskränkningar kan också påverka både tävlingsområde och banläggning.

Då många handläggare är obekanta med sportens idé bör man framhålla att detta *inte* är en vanlig cykeltävling med klungor och höga farter utan en orienteringstävling med individuell start, egna vägval och få tävlande samtidigt i samma område.

1.4. Säkerhet

Vid planering av tävlingen ska man ha en genomtänkt strategi för säkerhetsfrågor. Förutom sjukvård, alternativt första hjälpen, på arenan och nödnummer på kartan, bör man tänka på framkomlighet för räddningsfordon, till exempel räddningsplatser. Kontakta gärna räddningstjänsten och informera om att ni genomför en tävling.

Om tävlingen genomförs sent på säsongen kan det finnas behov av grästrimning och skrubstrimning (se även avsnittet *Karta*). Se till att de personer som utför röjningen har god vana, allra helst körkort för röjsåg, samt givetvis godkänd skyddsutrustning.

1.5. Information till allmänheten

Inom MtbO, i större utsträckning än vanlig OL, tävlas det på samma stigar och vägar som allmänheten utnyttjar. För att undvika onödiga konflikter behöver det informeras i god tid på olika sätt:

- Sätt upp tydliga informationslappar runt om tävlingsområdet, särskilt om det är vid ett motionsområde.
- Dela ut lappar i brevlådorna och försök få lokaltidningen att göra ett inslag, både för sportens skull och för säkerheten.
- I tävlings-PM, skriv tydligt att de tävlande ska visa stor hänsyn till allmänheten.
- Bemanna känsliga passager med trafikvakter (se mer under avsnitt *Banläggning*).

2. Karta

2.1. Kvalitetssäkring

Erfarenheter från de MtbO-tävlingskartor som ritats pekar på fem faktorer som är avgörande för en tydlig och lättläst tävlingskarta.

- Tidplan - Att vara ute i god tid. Börja ett år före tävling.
- Kartnorm - Att gällande norm för MtbO ska följas.
- Ritteknik - Att förenkla och förtydliga.
- Överflödiga detaljer - Att reducera alla detaljer utanför stigarna.
- Tryck/utskrift - Att använda SOFT-certifierad offsettryckare, alternativt färgutskrivare.

Börja kartprojektet med att ta kontakt med SOFT:s kartcoach för MtbO-kartor för att få en sk "uppstartkontroll".

2.2. Regler och anvisningar

Regelverket

Det finns ett regelverk som styr framtagning av MtbO-kartor för tävlingar nivå 1-3.

Syftet är att få fram kartor med enhetlig tillämpning av symboler, skalor och läsbarhet.

För att säkerställa att regelverket följs bör kartorna kontrolleras av SOFT.

För att få en karta med godkänd läsbarhet ska kartnormen följas och av SOFT godkänd färgutskrivare anlitas.

Viktiga dokument

De viktigaste dokumenten i regelverket för kartor av hög kvalitet är:

- Kartnormen (MtbO-kartor, resp. för traditionella kartor):
 - [International-Specifcation-for-MTB-Orienteering-Maps-2010_2.pdf](#)
 - [International-Specifcation-for-Orienteering-Maps-2000_2.pdf](#)
- Den internationella MtbO Commission Map Making Group har tagit fram viktiga råd och anvisningar, samt förslag till ändringar för kartritning och bantryck:
 - www.mtbo-commission.com/map-working-group.html
 - www.mtbo-commission.com/uploads/1/5/9/9/15996872/mtbo_map_doc_common_errors_and_solutions.pdf
 - www.mtbo-commission.com/uploads/1/5/9/9/15996872/mtbo_map_scales_and_symbol_sizes.pdf
 - www.mtbo-commission.com/uploads/1/5/9/9/15996872/ismtbom_update_proposal_6.2.pdf
- Därtill finns det noteringar och kompletteringar i följande kartdokument:
 - [Arrang-rsanvisningar Svenska Cupen MTB-O 2016 ver .PDF](#) Punkt 3
 - [Tavlingsregler version 4.0.PDF 20160222](#) Punkt 4.4
- För kartkontroll av IOF-tävlingar finns följande kompletteringar
 - [Event-Adviser-check-list-for-map-making1.pdf](#)
 - [MTBO-Event-Advisers-Handbook-Feb2015.pdf](#) Punkt 6.11
- Hänvisningar till svenska dokument hittas även på SOFT:s hemsida för MtbO:
 - www.svenskorientering.se/Grenar/Mountainbikeorientering/Arrangera/

2.3. Konvertering av OL-karta till MtbO-karta

Tidplan

Oavsett om en karta nyritas eller en befintlig karta konverteras bör klassningen av stigar helst genomföras vid samma årtid som tävlingen ska genomföras. I vissa typer av terräng är det stora skillnader mellan förutsättningarna under våren jämfört med senare på året. Gräsväxt, sly, ormbunkar och hallonris kan påverka sikt och framkomlighet på ett sätt som inte är förutsägbart.

Beakta därför arbetsinsatsen för röjning för att först, respektive sist, startande ska få samma förutsättningar.

Röjning är också viktigt ur säkerhetssynpunkt.

Steg för steg-guide för konvertering av OL-karta till MtbO-karta i Ocad

SOFT har tagit fram en steg- för stegguide för konvertering av OL-karta till MtbO-karta med kartritningsprogrammet Ocad.

- Ladda hem: [Manual kartkonvertering MTB-O.PDF](#)

2.4. Kartnormen

Generalisering

Kartnormen belyser bland annat vikten av att förenkla och förtydliga MtbO-kartan. Vid kartritning, eller konvertering, kan i princip alla detaljer, såsom gränsrösen, brunnar, stenar, branter, stenmurar, små mossar, gropar etc., tas bort från kartan för att göra den mer lättläst. Endast stora och väl synliga föremål, som kan upptäckas i tävlingsfart, bör behållas.

Linjebredder för stigar och vägar

Alla föreskrivna linjebredder ska följas. Följande grundläggande linjebredder gäller:

- Stig/väg som är mindre än 1,5 m bred ska ritas med linjebredd 0,4 mm vid skala 1:15 000 och linjebredd 0,6 mm vid skala 1:10 000 eller större.
- Stig/väg som är större eller lika med 1,5 m bred ska ritas med linjebredd 0,6 mm vid skala 1:15 000 och linjebredd 0,9 mm vid skala 1:10 000 eller större.

Linjebredder för asfalterade vägar

Enligt MtbO-normen ska minsta asfalterade väg vara 0,66 mm bred. Det finns exempel på kartor där de blivit under 0,5 mm breda och därmed mycket svårästa. Oftast beror det på att grundmaterialet för orienteringskartan i tätort är framtagen med kommunens kartmaterial som grund. Detta material är helt skalenligt och medför att gator och vägar blivit för smalt ritade jämfört MtbO-normen.

Det här innebär att det kan bli en konflikt mellan läsbarhet och hur stor arbetsinsats som krävs vid konvertering, där problemet varierar med vilken distans och därmed skala som är aktuell. Det är därför viktigt att ta med den här frågan tidigt i planläggningen av banor, distanser och skalor.



Exempel. För att asfalterade vägar ska synas bra kan en lösning vara att som i den högra bilden "rita över" befintligt vägsystem.

Avstånd linjer av samma färg

Krav på minsta avstånd mellan linjer av samma färg, inklusive svarta, är 0,15 mm i ritskalan 1:15 000.

Tillåtet/otillåtet att cykla

Det är viktigt att de tävlande tydligt ser var det är tillåtet och inte tillåtet att cykla. Två fall kräver extra ansträngning hos kartritaren:

- Då det finns staket som inte får eller kan passeras.
- Då det finns förbjudna vägar och gator parallellt med tillåtna stigar och vägar.

Här krävs ofta ett nära samarbete mellan karritare och banläggare.

Ofta krävs också speciella lösningar enligt följande länk:

- www.mtbo-commission.com/uploads/1/5/9/9/15996872/mtbo_map_doc_common_errors_and_solutions.pdf

Stödkurva

Stödkurva ska användas vid höjdsättning. Det förenklar vägval i kuperad terräng, men ger också en känsla för nivåerna hos olika höjdparter i en mindre kuperad terräng.

Bruna ytor

Det viktigt att bruna grus- och asfaltytor, vilka tillåter 100 % fart, är klart avgränsade med konturlinje, symbol-nr 529.001, så att dessa ytor blir lika distinkta som helsvarta stigar.

Skala

Valet av skalor ska följa IOF:s regler och står beskrivna i anvisningarna.

Beakta gärna önskemål av större skala för äldre deltagare i områden med mycket detaljer.

2.5. Ritteknik i Ocad

Viktigt använda styrpunkter

För att i Ocad varaktigt rita tydlig/otydlig stigmorsning/förgrening (se sidan 11, punkt 510 och 511 i internationella MtbO-normen) är det viktigt att använda ritverktyget *Styrpunkt*. Vid efterjustering av stig uppstår annars förskjutning av stigens mellanrum som gör att korsning/förgrening utseende förändras.

I Ocad finns ett problem med att ändarna på stigarnas streck kan bli missformade. Om antalet normal-, hörn- och styrpunkter minimeras så minskar detta problem något.

2.6. Karttryck och utskrift

Godkänd färgutskrivare

Avgörande för kartans läsbarhet är att utskriften är av högsta kvalitet. Därför är det ett absolut krav att en av SOFT godkänd färgutskrivare för MtbO-kartor anlitas. Utskrivaren ska vara godkänd för utskrift av kartor i skala 1:15 000.

Instruera den anlitate utskrivaren om extra kontroll av färger för kurvbild, tomtmark, grönytor och bantryck för optimal tydlighet.

Banläggningsfil i Ocad för MtbO-banor

I Ocad är det viktigt att följande banläggningsfil väljs:

Course Setting MTBO 1:xx'000 ISMTBOM2010 (där "xx" motsvarar skalan på den karta som används)

Enligt kartnormen för MtbO ska storleken på siffror, förbindelsestreck, kontrollringar mm ska ha samma förstoringsgrad som gäller för kartskalorna.

Ännu bättre tydlighet och läsbarhet uppnås om de förslag till storlek som anges i följande dokument tillämpas:

- www.mtbo-commission.com/uploads/1/5/9/9/15996872/mtbo_map_scales_and_symbol_sizes.pdf

Här bör alltid *840 Kontrollring med mittpunkt* användas då det är denna punkt som anger exakt var skärmen är placerad.

Mittpunkten underlättar även för kontrollutsättningarna så att kontrollställningen placeras där det är tänkt.

Provtryck

Provtryck ska skickas till bankkontrollant en månad före tävling. Mer om provtryck står under avsnittet *Banläggning*.

3. Klasser, banlängder och svårighetsnivå

3.1. Klassindelning och beräknade segrartider

Tävlingen ska följa den klassindelning och de beräknade segrartider som anges för olika discipliner i SOFT:s gällande regelverk, se sidan 6 i anvisningarna:

- www.svenskoriering.se/globalassets/svenska-orienteringsforbundet-mountainbikeorientering/arrangor/tavlingsanvisningar_mtbo.pdf

Normalt erbjuds tre öppna klasser vid en nationell tävling.

3.2. Svårighetsnivå

Anpassa banornas svårighetsgrader – både cykeltekniskt och orienteringstänk – till deltagarnas kompetens (se tabell nedan). Välj i första hand möjlighet till lättframkomliga vägval för motion, ungdom och D/H60+.

Följande kan vara bra att tänka på:

- Regn och torra kan ändra förutsättningarna, särskilt för mindre cykeltekniska.
- Krångla inte till avslutningen av banorna. Ofta är tävlingsområdet ett motionsområde med många tveksamma stigar – den tävlande får oftast ändå orientera hela vägen till mål. Överväg att använda stödsnitsling och utbrutet mål.
- Det bör finnas beredskap, både kart- och banläggningsmässigt, för att nya hästspår, traktor- och motorcykelspår fort kan ändra förutsättningarna för vägval.
- Mindre klasser kan med fördel ha samma bana om längd och svårighetsgrad är densamma. Klasser med samma bana ska ha separerade startgrupper.

Klass	Cykelteknisk svårighetsgrad	Orienteringsteknisk svårighetsgrad	Vem banan passar
Öppen Kort-Lätt	Grus- och asfaltvägar och stora stigar, t ex elljusspår. Lättare stigning.	Tydliga och få vägval mellan kontrollerna. Korsningar och förgreningar är tydliga.	Nybörjare, både på cykel och med karta.
Öppen Kort-Svår	Vägar och stigar utan för mycket rötter och stenar. Enstaka brantare backar kan förekomma annars lätt kupering.	Tydliga vägval. Riktningssändringar vid kontrollerna förekommer.	För dig som har orienterat, men som inte vill cykla så långt.
Öppen Medel-Lätt	Stigar med sten, rötter och över myrar förekommer, kraftig stigning både uppför och nerför.	Tydliga och få vägval mellan kontrollerna och med få riktningssändringar vid kontrollerna.	För dig som brukar cykla på skogsstigar, men som saknar orienteringserfarenhet.
Öppen Medel-Svår	Vägar och stigar utan för mycket rötter och stenar. Enstaka brantare backar kan förekomma annars lätt kupering.	Kluriga vägval, riktningssändringar. Att kunna orientera efter höjdkurvor och terrängföremål är en stor fördel.	För dig som inte är så van att cykla på stigar i skogen, men är duktig att orientera.
Öppen Lång-Lätt	Stigar med sten, rötter och över myrar förekommer, kraftig stigning både uppför och nerför.	Tydliga vägval. Riktningssändringar vid kontrollerna förekommer.	För dig som är duktig MTB-cyklist och inte så van att orientera.
Öppen Lång-Svår	Stigar med sten, rötter och över myrar förekommer, kraftig stigning både uppför och nerför.	Många och kluriga vägval. Mycket riktningssändringar. Att kunna orientera efter höjdkurvor och terrängföremål är en stor fördel.	För dig som vill ha en rejäl utmaning både cykeltekniskt och orienteringsmässigt.

4. Banläggning

4.1. Disciplinernas särarter

Banorna ska utformas så att disciplinernas särart tillvaratas.

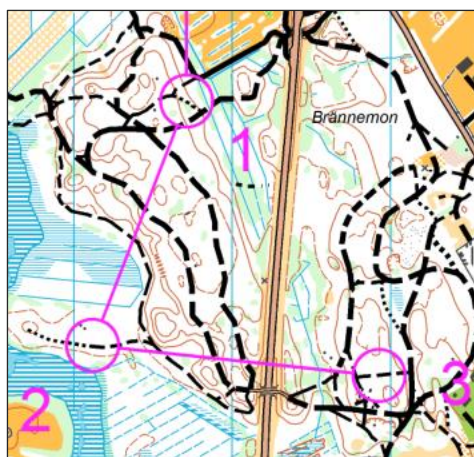
Banläggningen ska planeras så att hänsyn kan tas till de specifika förutsättningarna som gäller på aktuellt tävlingsdatum vad gäller eventuellt behov av röjning av växtlighet. Avser hög markvegetation som hindrar framkomlighet – sikthindrande växtlighet som påverkar säkerheten.

Undvik att ha förväxlingsbara koder på närliggande kontroller. (tex 43-73, 51-52 osv). De tävlande har låg förmåga att skilja siffror åt i högt tävlingstempo.

4.2. Banor och banstråk

Vid planering av banstråken – undvika helst att tävlande möts. I övrigt, tänkt på följande:

- Om möjligheten finns, lägg banorna så att alla cyklar åt samma håll i de olika terrängavsnitten.
- Undvik uppenbara vägval på mindre stigar där cyklister möts. Speciellt punktade singelstigar, eller stigar som är mycket tekniska eller där sikten framåt är begränsad.
- Uppenbara möten i trånga passager ut och in till kontroller bör undvikas.



Exempel. Om stigen in till andra kontrollen inte är tillräckligt stor för att två cyklister ska kunna mötas bör kontrollen istället placeras i stigmorsningen öster om nuvarande placering.

Säkerhet

Undvik passage av större och starkt trafikerad väg. Välj helst passager för gång- och cykelväg om det finns. De är skyltade och trafiken förväntar sig passerande cyklister.

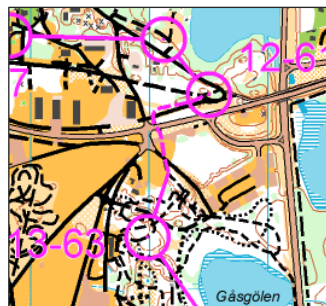
Avgörande för hur en korsning av större väg ska hanteras är:

- Hur många tävlande beräknas passera?
- Hur mycket trafik och vilken hastighet är det på vägen? Finns det möjlighet att få tillstånd att hastighetsbegränsa biltrafiken?
- Behöver trafiken stoppas och i så fall, finns det möjlighet att få tillstånd?
- Finns tillgång till erfarna trafikvakter som, om det finns behov att stoppa trafiken, får göra detta och på ett sätt att orättvisa tidsförluster hos de tävlande undviks?

Placera uppbromsande kontroll i anslutning till övergång där trafikvakt finns. Det är viktigt med tydlig snitsling och eventuella farthinder för cyklisten, såsom en s-formad passage.

Följande är bra att tänka på när det gäller säkerhet:

- Farliga nerfarter eller partier ska undvikas.
- Stigar och vägar som är uppenbart farliga kan rödkryssas (förbjudna att åka på).
- Om det finns hinder som kan vara farliga ska dessa markeras med rött streck på kartan så att tävlande ser att det finns ett hinder. Förutom nedfallna träd kan det till exempel vara bommar eller farliga bäckövergångar. Ju mindre sikt på stigen eller vägen – eller där farten är hög och faran kommer fort – desto viktigare att markera på kartan.
- Farliga hinder kan även förvarnas om med skylt i terrängen.
- Inga vägval ska finnas så att tävlande lockas vända om i starten och åka igenom den, eller passera genom målområdet mellan två kontroller. Det kan lösas genom att rita vissa vägval som förbjudna. Vakter för att beivra fusk kan behövas.

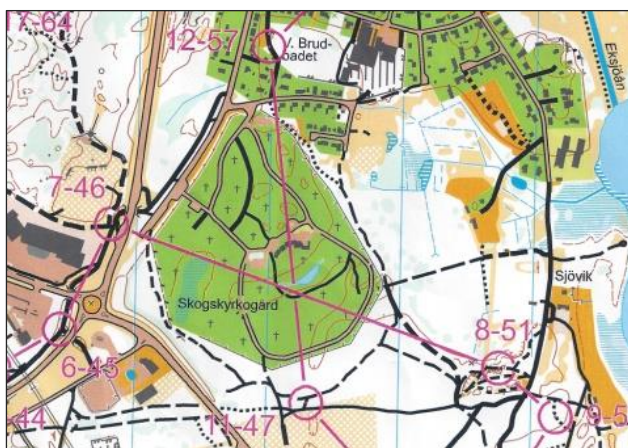


Förbjudna områden och vägar

Förbjudna områden kan användas i flera syften:

- Att tydliggöra så att de tävlande inte hamnar i olämpliga tävlingsmiljöer, t ex kyrkogårdar, starkt trafikerade gator eller industri- och vägarbetsområden. Orienterare är kreativa och tar närmsta vägen – ”allt som inte är förbjudet är tillåtet”.
- Att hindra de tävlande att tillgång till uppenbara vägval.
- Att undvika områden med svårlästa stig- och vägsystem i den aktuella karts kalan.

Exempel. Här går bansträckningen rakt igenom en kyrkogård. Även om det inte hade funnits genomfarter ska området markeras med förbjudet område så att det verkligen syns och att det inte av misstag kommer in cyklister i området.



Var noggrann med att markera områden som förbjudna. Tänk som cyklisten, dvs. vilken är närmaste vägen?

Förbjudna vägar ska markeras med tecken 711.

Tillåtna passager ska markeras med tecken 708 och vara tydligt markerade.

Var observant så att passager och avspärrningar på kartan blir lätta att se för de tävlande i tävlingsfart så att slumpmoment undviks. Kontrollera med provtryck.

Prick i mitten på kontrollring

Då kontrolldefinition inte finns ska prick i mitten av kontrollringen vara exakt där kontrollpunkten är. Prick i mitten underlättar för bankontrollant och utsättare.

Placering av stämpelenhet vid kontroll

En viktig uppgift för banläggaren, eller kontrollutsättaren, är att placera stämpelenheten så att de tävlande inte hindrar varandra och att stämplingen blir rättvis och säker. Det betyder:

- Att det ska finnas plats för den som just stämplat att enkelt gå eller rulla åt sidan för att ge plats åt nästa tävlande.
- Att kontroller i branta backar ska undvikas.
- Att kontroller ska placeras så att det går att komma förbi på båda sidor om ställningen.

Som banläggare är det viktigt att ha med det här redan när kontrollen markeras på kartan med prick i mitten (se ovan), samt i terrängen inför utsättningen.

Som banläggare är det också viktigt att instruera kontrollutsättarna om ovanstående.

Förberedelser före tryckning eller färgutskrift

Följande ansvar har banläggaren före kartor med banor går till tryck:

- Banpåtrycket ska redigeras så att det inte skymmer vägval och viktig information på kartan. Förbindningslinjer och kontrollringar ska klippas på ”kritiska” ställen, även om bantrycket ligger under svartbild. Speciell omsorg ska ägnas så att passager, avspärrningar och hinder blir tydliga.
- Kontroll- och kodsiffror ska vara frilagda, dvs ha en svart mask runt sig och placeras så att de inte täcker stigar och vägar på potentiella vägval.

OBS! Om offsettryck används, tänk på att friläggning av kontroll- och kodsiffror inte fungerar. Det ställs därför stora krav på placering av kod- och kontroll-siffror. Detta gäller särskilt på områden med mycket stigar/vägar/tomtmark, som ger dålig kontrast.

Kvalitetskontroll vid provtryck

Gör ett provtryck, eller en provfärgutskrift, per bana och kontrollera en extra gång att inte kontroll-siffror, kodsiffror och streck mellan kontroller döljer stigar eller annan viktig information.

5. Parkering, arena och dusch

5.1. Parkering

Följande gäller parkering:

- Det bör vara nära från parkeringen till arenan. Många cyklar fram och tillbaka mellan arenan och parkeringen. Bilen är MtbO-åkarens ”ryggsäck”.
- Parkering: Större utrymme behövs runt själva bilen jämfört med på en traditionell orienteringstävling. Flera har cykeln på taket och behöver då större utrymme för att lyfta ner cykeln. Ofta är det fråga om större bilar och ibland husbilar och skåpbilar.
- I MtbO är det ovanligt att p-avgift tas ut. Den servicen ingår i anmälningavgiften som ofta är högre på MtbO än på orienteringstävlingar.

5.2. Arena

Följande gäller arena:

- Gör gärna arenan kompakt. Skapa torgkänsla där det är nära mellan mål, resultat, servering, information, uthyrning etc. Behovet av vindskyddsplatser och klubbbytor är minimalt på en MtbO-arena.
- Efter avläsning kan det behövas ett större köutrymme än på traditionella orienteringstävlingar. Gör det ändå tajt mellan målstämpling och avläsning med aktiva arrangörer som slussar vidare.
- Vätska efter mål är inte nödvändigt. De flesta har egen vätska med sig. Det kan vara bra om deltagarna kan fylla på sina flaskor med vatten på arenan.
- Enkel servering nära på arenan är en idé för att hålla kvar deltagarna.
- Cykeltvätt bör finnas, med tillräckligt antal slangar och bra vattentryck. Antalet beror på terräng och väder – hur nedsmutsad cykeln kan det bli.
- Det är en extra service om det finns en cykelverkstad på plats. Ta kontakt med lokala cykelhandlare om de kan finnas på plats eller om de kan hjälpa till på annat sätt, t ex leverera reservdelar och material.
- Efterfrågan på barnpassning och sk miniknat är minimal.

Ambulansinfart

Tänk på hur ambulans ska kunna komma in på arenan – om det olyckligtvis behövs.

Priser och prisutdelning

Ha gärna utlottningspriser i alla klasser – utom i senior-, junior- och ungdomsklasser där det ska vara prestationspriser. Genom utlottningspriser i alla klasser lockar man fler att stanna kvar och får en bättre stämning på arenan. Det behöver inte vara många priser, men istället av högre kvalitet, t ex cykelpump, reparationsutrustning eller evenemangsbiljetter.

5.3. Dusch

Det gör inget om det är en bit bort från arenan. Det är viktigare att parkeringen och serveringen är nära än att duschen är det.

6. Start- och målplats

Följande gäller för startplatsen:

- Startplats ska vara placerad så att uppvärmning kan ske säkert ur trafiksynvinkel.
- Tänk på att deltagare i alla klasser ska ha kartan en minut före startsignal.
- Det räcker med 2-minutersfålla eftersom det inte finns några definitioner
- Tänk på utrymme, cykeln tar plats. Det behöver vara tillräckligt stort utrymme mellan sista kartlådan och startlinjen.
- Tänk på ordningen – snabbaste klassen ska starta, och därmed ha sin kartlåda, längst fram.
- Startlådorna bör placeras på bord att så de blir lätt åtkomliga.
- Erbjud plastfickor till tävlande, speciellt bra om det är risk för regn och det är kartvändning eller behov av kartvikning. A3-ficka om det är A3-karta och A4-ficka om det är A4-karta. De tävlande får själva stoppa i kartan i plastfickan.
- Start vid arenan kan med fördel användas om förutsättningarna finns – underlättar för speaker – skapar mer närhet med publik.

Om det regnar måste kartor utan plastficka vara under tak, så att de inte blir blöta och klibbar ihop.

7. Tävlingsadministration

Generellt är det ingen skillnad vid MtbO och traditionell orientering avseende tävlingsadministrationen. Det enda som skiljer är att den tävlande cyklar.

7.1. Nummerlappar

Nummerlappar ska vara anpassade för att fästas på cykel. Lämplig storlek är A5. Det ska finnas tre hål i nummerlappen så att den kan fästas med buntband frampå cykeln.

Vanligtvis har tävlande i alla klasser nummerlapp. Speakern kan då följa alla klasser och har mer att prata om vid målet.

7.2. Lottning

Om tävlingsområdet är trångt och det är många anmälda så ökar risken för många möten. Då är det bra om de snabbaste klasserna startar först, därefter de långsammare klasserna. Vid t ex O-Ringen är det lämpligt att låta öppna klasser starta allra sist. På andra tävlingar kan deltagare på öppna klasser starta samtidigt som de långsammare klasserna. Det är normalt att använda större startdjup än vid traditionell orientering för att minska antalet tävlande ute på banan samtidigt och därmed minska risken för krockar. Lämpligt är att starta max tre tävlande/minut.

8. Information till tävlande

8.1. Inbjudan

Förutom det som ingår vid en traditionell orienteringstävling, är det särskilt viktigt att beskriva terrängtyp och framkomlighet, samt vilken typ av område det är, för att deltagarna ska få en bild över vad som väntar och lockar till just den här tävlingen.

Inbjudan bör också innehålla en beskrivning av de öppna klasserna avseende cykelteknisk och orienteringsteknisk svårighetsgrad (se tidigare exempel under *Banläggning*).





Var även tydlig med att ange starttid för tävlingen. Om en dubbeltävling arrangeras på en helg, eller samverkar med annan arrangör, bör första starttid på lördag läggas senare än normalt och tidigt på söndag. Detta för att underlätta för långväga deltagare.

8.2. Tävlings-PM

Tävlings-PM bör redovisa följande:

- Klassvis om A3, A4 eller annat kartformat används (anges i cm*cm).
- Klassvis om det förekommer kartvändning eller kartbyte.
- Klassvis om olika skalor förekommer, t ex ena sidan 15 000-del och andra 10 000-del, eller om infällda kartbilder i annan skala används.
- Var det är tillåtet att cykla, vad som gäller på gulmarkerade ytor, om får man gena i skogen – cyklande eller springande.
- Hur indelningen på klassningen av stigar är (se exempel till höger).
- När är klassningen av stigar gjorda, t ex juni 2014. Framkomligheten kan variera under året i olika typer av terräng, t ex högre gräs i juli än i april.
- Visa hur speciella MtbO-markeringar redovisas på kartan för exempelvis hinder, förbjudna ytor, förbjudna stigar/vägar, förbjuden passage, tillåten passage osv. Visa med utsnitt av tävlingskartan så att det blir tydligt för tävlande och risken för missförstånd minimeras (se exempel till höger).
- Beskriva svårighetsgrad för öppna klasser, både cykelteknisk och orienteringstekniskt. Beskriv för vem de olika banorna passar.
Normalt erbjuds tre öppna klasser vid en nationell tävling.

	Stig/väg med god åkbarhet (ca 75-100%), bredare än 1,5 meter
	Stig/väg med god åkbarhet (ca 75-100%), smalare än 1,5 meter
	Stig/väg med hyfsad åkbarhet (ca 50-75%), bredare än 1,5 meter
	Stig/väg med hyfsad åkbarhet (ca 50-75%), smalare än 1,5 meter
	Stig/väg med dålig åkbarhet (ca 25-50%), bredare än 1,5 meter
	Stig/väg med dålig åkbarhet (ca 25-50%), smalare än 1,5 meter
	Stig/väg med kass åkbarhet (ca 0-25%), bredare än 1,5 meter
	Stig/väg med kass åkbarhet (ca 0-25%), smalare än 1,5 meter

	Hinder på stig/väg (t.ex. stock, dlke, trappa, bom, stora stenar)
	Viktig passage (t.ex. bro, tunnel)
	Förbjuden passage
	Förbjudet att åka på stigen/vägen

