

Revidert  
2021

# Arrangementsregler

for lokale o-løp i Salten



Dokumentansvarlig: Idretts- & rekrutteringsutvalget 2021

## Innhold

Bedre arrangementer – to dokumenter .....	3
Om de lokale o-løpene i Salten.....	3
Saltensprint, Saltenkarusell & nattløp .....	3
Andre tradisjonsrike løp .....	3
Løpsoversikt (terminliste) & resultatservice.....	4
Påmelding.....	4
Forhåndspåmelding/ frist.....	4
Direktepåmelding .....	4
Påmeldingsavgift .....	4
Type løp, løypelengder og ferdighetsnivå .....	5
Variasjon i løypelengder .....	6

## Bedre arrangementer – to dokumenter

### Arrangementsregler

I **dette dokumentet** finner du kortfattet gjennomgang av hvilke arrangementsregler som gjelder for de årlige lokale tirsdagsløpene i Salten.

### Arrangørguide

I «**Arrangørguide for lokale o-løp i Salten**» finner du som løypeleggere og løpsledere rutiner, råd og vink for sjølve arrangementet.

## Om de lokale o-løpene i Salten

Hver **tirsdag** mellom april og oktober arrangeres lokale o-løp på ettermiddag- / kveldstid. Unntaksvis også i helger.

4–5 ulike klubber er arrangør. Bodø og Omegn IF orientering (B&OI) som største klubb i Salten har ansvar for flesteparten av løpene og for oppsett av terminliste og fordeling av arrangementene i dialog med øvrige klubber.

## Saltensprint, Saltenkarusell & nattløp

B&OI legger sine Saltenkarusell- og Saltensprintløp inn i kategorien nærløp i den nasjonale terminliste i Eventor, og oppfordrer de andre klubbene til å gjøre det samme. B&OI sørger for at resultatservice for løpene blir tilgjengelig på [www.bodo-orientering.no](http://www.bodo-orientering.no)

Alle lokale løp, unntatt nattløpene har løypetilbud til **nybegynnere (N)** og **litt øvede (C)**

I Norges orienteringsforbunds konkurranseregler (3.3.6) defineres nærløp som følger:  
*«Nærløp er et løpstilbud for en krets eller deler av en krets. Dette er et enkelt løpstilbud hvor det forventes at de fleste løperne kommer, løper og reiser hjem. Det stilles få krav til annet enn kart og løyper. Kretsene setter opp terminliste og kan vedta utfyllende forskrifter for nærløp.»*

I Salten arrangeres tre typer nærløp:

K	Saltenkarusellen	10–12 orienteringsløp i skogsterreng	Løyper for alle! 4–5 ulike lengder / ferdighetsnivå
S	Saltensprinten	4–5 sprintløp. Mest veg/ gate, litt terreng	Løyper for alle! 2–3 ulike lengder/ ferdighetsnivå
N	Nattsprint/ nattløp	2–3 nattløp på høsten	Uvant og mer krevende. Hodelykt!

Fargekodene og forkortelsene over brukes også i terminlista

## Andre tradisjonsrike løp

2.staf	Tomannsstaffett	Sammensatte lag, 3 etapper per løper
PRIO	B&OIs åpne klubbmesterskap	Morsom jaktstart (alle som har løpt nærløpene kjemper om seieren i samme løp!)
Inne	Innendørs o-løp	Universitetet

Fargekodene og forkortelsene over brukes også i terminlista

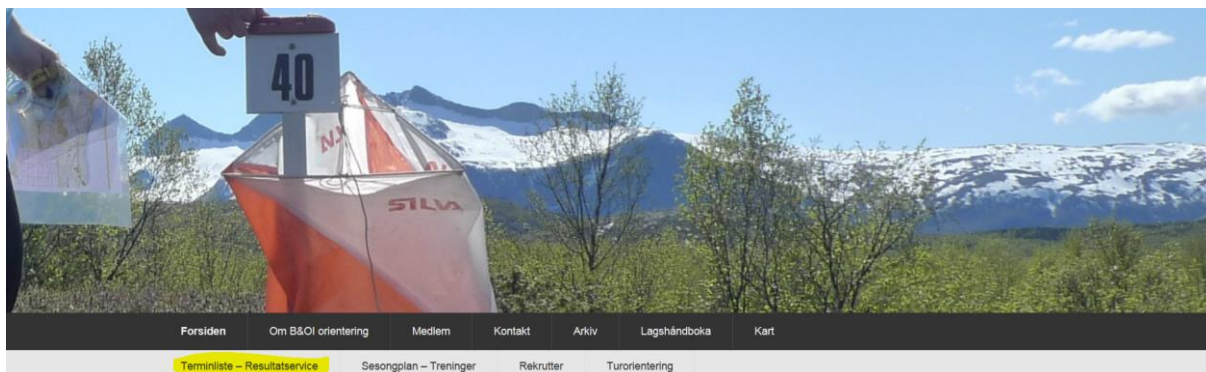
Bortsett fra i B&OIs klubbmesterskap er det **ikke premiering** i de lokale o-løpene.

## Løpsoversikt (terminliste) & resultatservice

På hjemmesiden [www.bodo-orientering.no](http://www.bodo-orientering.no) finner du:

**Lokal terminliste** – oversikt over lokale løp i Salten

**Resultatservice** – fra løpene



På B&OI sin hjemmeside finner du terminliste og resultatservice

## Påmelding

### Forhåndspåmelding/ frist

For å melde deg på til et løp via internett må du registrere deg på [eventor.orientering.no](http://eventor.orientering.no) og bruke påmeldingskjemaet til det enkelte løp.

Forhåndspåmelding til de lokale løpene i Salten forenkler arbeidet med arrangementene vesentlig! Både avviklingen av løpene og resultatservice etterpå.

**Klubbmedlemmer oppfordres til forhåndspåmelding!** <http://eventor.orientering.no/Events>

**Frist:** Klokken 22.00 kvelden før løpet

### Direktepåmelding

Er du **ny eller ikke medlem?** Det er også mulig å melde seg på direkte ved oppmøte på løpet.

### Påmeldingsavgift

HVEM	STARTKONTINGENT	LEIE EKT (TIDTAKINGSBRIKKE)
Under 17 år	0 kroner	Gratis
Fra og med 17 år	50 kroner	20 kroner

B&OI betaler påmeldingsavgift for sine medlemmer. Satsene for ulike typer medlemskap finner du på hjemmesiden

[Bli medlem – Bodø & Omegn IF Orientering \(bodo-orientering.no\)](http://www.bodo-orientering.no)

**Ikke-medlemmer** (dvs. ikke medlem av o-klubb i Salten) betaler med VIPPS 244426 på arena.

## Type løp, løypelengder og ferdighetsnivå

Det konkurreres i løyper med ulike lengde/ vanskelighetsgrad istedenfor klasser. Alle står fritt til å velge løype etter nivå og forutsetninger. Tips: Se arrangørguiden om løypelegging.

SALTENKARUSELLEN				
10–12 karusell-løp per år		Orientering i skogsterreng		Løyper for alle
TYPE	LENGDE	NIVÅ	FERDIGHETSNIKVÅ/ BEREGNET FOR	
A-lang	6 km	A-nivå	<b>Krevende I</b> O-teknisk utfordrende. Lengste løypevariant. Passer for øvede løpere; ungdommer 15–16 år, juniorer og de sprekeste voksne	
A-kort	4 km	A-nivå	<b>Krevende II</b> O-teknisk utfordrende kort løypevariant. Passer for øvede løpere; ungdommer fra (13) –14 år – og voksne	
B- middels lang	3 km	B-nivå	<b>En del erfaring</b> F. eks for 13–14(15) år – voksne med noe erfaring – veteraner. Forstå å bruke høydekurver, forstå løpbarhet i terrenget, finorientering inn mot post. Veivalg.	
C	2 km	C-nivå	<b>Litt øvede deltakere</b> F. eks for 11–12 åringer og voksne nybegynnere. Helt enkle veivalg, bruk av ledelinjer, orientere kartet etter terrenget. Grov retningsorientering med kompass.	
N	1,5 km	N-nivå	For <b>nybegynnere</b> Tidtaking uten rangering. Grunnleggende karttegn, lære å ferdes i skogen.	

Ei Råtass-løype består av 3-4 sløyfer med flere poster i hver sløyfe. Løperne kommer tilbake til arena etter hver sløyfe.

**N- eller C-løpere får kartet utlevert på forhånd** ved samlingspunktet for nye på arena. A- og B-løperne får kartet idet de starter.

SALTENSPRINTEN				
4–5 sprintløp per år		Orientering mest på veg/ gate		Løyper for alle
TYPE	LENGDE	NIVÅ	FERDIGHETSNIKVÅ/ BEREGNET FOR	
A	1,5–2,5 km	A-nivå	Alle andre enn nybegynnere. A-nivå i sprint er ikke like vanskelig som i terreng	
(C)	1–1,5 km	C-nivå	Dersom det tilbys Råtass-opplegg for N-klassen, legges også ei kort C-løype med vegvalgsstrek	
N	kort	N-nivå	For nybegynnere. Tidtaking uten rangering. Ofte «Råtass»-opplegg med korte fartsfylte sløyfer	

Ei Råtass-løype består av 3-4 sløyfer med flere poster i hver sløyfe. Løperne kommer tilbake til arena etter hver sløyfe.

N- løpere får **kartet utlevert på forhånd** ved samlingspunktet for nye på arena.

NATTLØP				
Minst 2 per år		Orientering i skog/park med hodelykt		Løyper for øvede
TYPE	LENGDE	NIVÅ	FERDIGHETSNIKVÅ/ PASSER FOR	
A	4 km	A-nivå	<b>Krevende!</b> Det er uvant og krevende å finne fram i mørke, selv for o-løpere med mye erfaring.	
B	2 km	B-nivå	<b>Øvet!</b> Nattløp for øvede yngre løpere og voksne	

Det er ikke N- eller C-løype på nattløpene

## Variasjon i løypelengder

Av lokal terminliste framgår det at lengdene på løypetilbudet på Saltensprinten & Saltenkarusellen kan variere:

	<b>Løypelengder og vanskelighetsgrad</b>	<b>Kommentar til løypelegger</b> Se eget avsnitt i <i>Arrangørguiden</i> om kjennetegn for sprint-, mellom- og langdistanseløyper
<b>Saltensprinten</b>	0,8-1 km (N) 1-1,5 km (C) 1,5-2,5 km (A)	<b>Sprint</b>
<b>Saltenkarusell KORT</b>	1,5 km (N) 2 km (C) 3 km (B) 4 km (A kort)	Tilstreb <b>Mellomdistanse</b> -preg på A-løypa
<b>Saltenkarusell STANDARD</b>	1,5 km (N) 2 km (C) 3 km (B) 4 km (A kort) 6 km (A lang)	Tilstreb <b>Langdistanse</b> -preg på <b>A-løype lang</b> (6 km)
<b>Saltenkarusell LANG</b>	Som karusell-løp STANDARD + 15%:	Tilstreb <b>Langdistanse</b> -preg på <b>A-løype lang</b> (6 km+)