



Førde IL Orientering

har gleda av å invitere til

DM 2023



Sogn og Fjordane, Hordaland og Rogaland

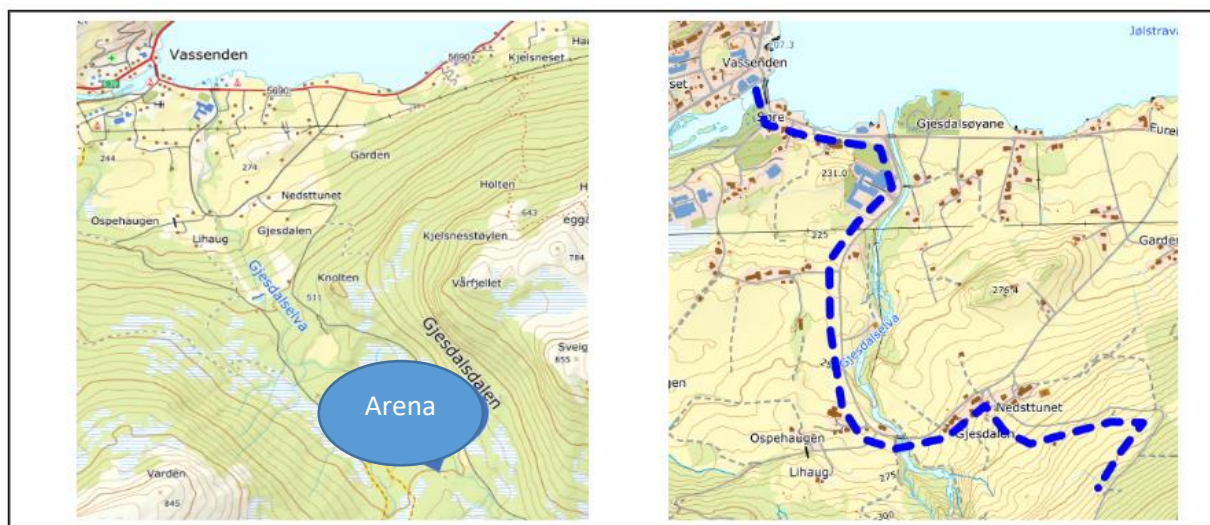
Laurdag 26. august og søndag 27. august 2023

Frammøte

Lik arena begge dagar, i Gjesdalsdalen, Vassenden i Jølster. Ca 20 km aust for Førde sentrum. Merka frå E39 Vassenden (i enden av Jølstravatnet). Ca 5 km frå E39 til parkering.

Parkering

Parkering langs skogbilveg til arena. Parkering skjer etter anvising. Avgift kr 70,- pr. dag, betalast til Vipps #103618 – Førde IL Orientering (kan gjerne gjerast på førehand). Kontroll ved utkøyrsløp. Avstand å gå på grusveg frå parkering til samlingsplass frå 0 til 800 meter. Mogeleg med barnevogn.



Laurdag 26. august

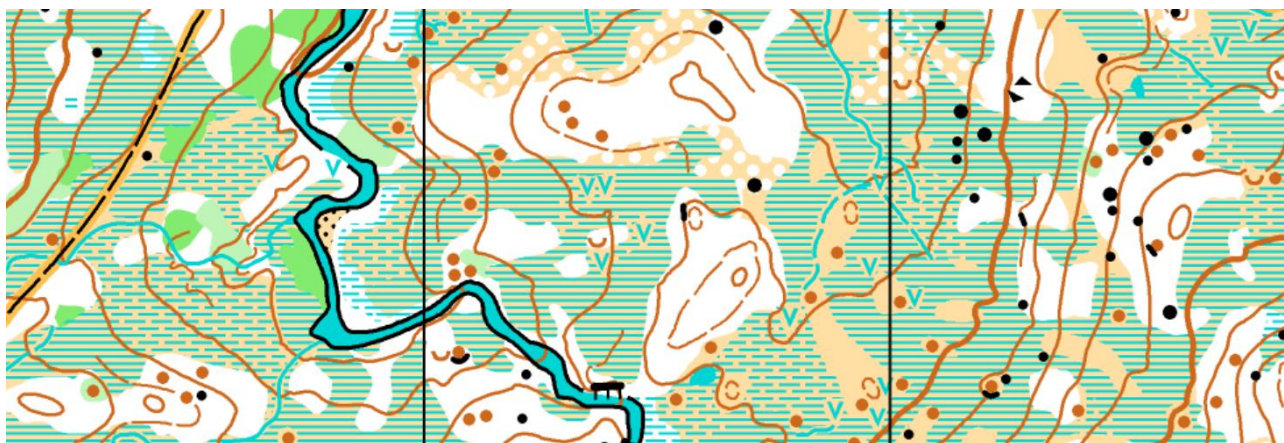
Langdistanse. Første ordinære start kl. 15:00. Ca. 10 min. å gå til start frå arena, Løparar i Åpen-klassar, N1, N2 og C kan starte frå kl 14.00. Startpost. Tillate med samspringing og skygge/ledsagar i N1 og N2.

Søndag 27. august

Mellomdistanse. Første ordinære start kl. 11:00. Ca. 15 min. å gå til start frå arena. Løparar i Åpen-klassar, N1, N2 og C kan starte frå kl 10.00. Startpost. Tillate med samspringing og skygge/ledsagar i N1 og N2.

Kart

Gjesdalsdalen. Målestokk: 1:10000/1:7500. Ekvidistanse 5 m, utgitt 2022. Laserutskrift.



Terreng

Stort sett ope lettløpt myrlent terreng. Deltajrikt, med ein del stein. Noke bjørkekratt. Få stiar. Skiløypetrase utan lysstolpar går gjennom dalen.

Løyper og klassar

		LAURDAG		SØNDAG			
Løype	Nivå	Lengde (km)	Vinnartid (min)	Lengde (km)	Vinnartid (min)	Klassar (raude klassar er DM-klassar)	Kartmålestokk
1	A	9,3	60-70	4,9	35	H19-20, H21-	1:10.000
2	A	7,2	50-60	4,1	35	H17-18, D19-20, D21-, H40-,	1:10.000
3	A	5,2	50-60	3,6	30	H15-16, D17-18, D40-, H50-, AL-åpen	1:10.000
4	A	4,4	50-50	2,9	25	D15-16, D50-, D60-, H60-, H70-, AK-åpen	1:7500
5	B	3,6	40	2,0	25	H13-14, D13-14, D70-, H80-, B-åpen 10-16, B-åpen 17-	1:7500
6	C	1,6	30	1,9	20	H11-12, D11-12, D80, C-åpen 10-16, C-åpen 17-	1:7500
7	N2	1,2		1,8		D/H 9-10, N2-åpen 9-16, N2-åpen 17-	1:7500
8	N1	1,1		1,4		N1-åpen	1:7500

Kart vert delt ut på arena for N1-åpen, N2-åpen 9-16, N2-åpen 17-, D/H9-10, D/H11-12 og C-åpen. Andre klassar får kartet på start. Løypelengdene er førebelse.

Påmelding

Påmelding på Eventor innan onsdag 23. august kl 23.00. Early-bird pris innan 30.6.

Etterpåmelding: Ikkje høve for etterpåmelding i DM-klassar.

For åpne løyper er det høve for etterpåmelding på arena løpsdagen seinast 1 time før start.

Påmeldingskontingent

	Early bird påmelding t.o.m. 30.6.	Ord. påmelding t.o.m. 23.8.	Etter- påmelding
17 år og oppover, ordinære klassar	Kr 130	Kr 180	
17 år og oppover, åpne klassar	Kr 130	Kr 180	Kr 180
13-16 år, ordinære klassar	Kr 60	Kr 90	
T.o.m. 12 år og åpen-klassar 10-16 år	Kr 60	Kr 90	Kr 90

EKT/Tidtaking

Emit løparbrikke må nyttast. Leige av brikke kr. 25,- (blir fakturert etter løpet).

Kiosk

Det vert kiosk på arena. Høve til å kjøpe drikke og diverse snacks.

Toalett / vask

Toalettvogn i nærleiken av arena. Våtklut.

Mobiltelefon / nett

NB! Det er litt varierende mobiltelefon-/nettdekning i Gjesdalsdalen. Litt ulikt alt etter leverandør.

Småttroll

Småttroll-løype like ved arena. Kr 20,-. Kjøper i kiosk.

Barneparkering

Barneparkering på arena. NB! Førehandspåmelding innan onsdag 23.8 kl 23.00.

Send e-post til løpsleiar med opplysning om ca. antal og alder.

Betaling

Faktura blir sendt til klubbane etter løpet. Deltakarar i åpne klassar som ikkje tilhøyrer nokon klubb betaler startkontingen på arena ved påmelding.

PM og startliste

PM og startliste vert lagt ut i Eventor innan fredag 25. august kl 19.00.

Det same gjeld løypene nivå N1, N2 og C

Premiering

D/H 9-10, H11-12, D11-12, N1-open, N2-åpen 9-16, C-åpen 10-16, B-åpen 10-16	Premie til alle
D/H 13-16	Premie til 1/3 av dei startande
N2 åpen 17-, C-åpen 17-, B-åpen 17-, AK-åpen, AL-åpen	Premie til 1/8 av dei startande
H/D 17-18 og eldre	Premie til 1/8 av dei startande
DM-medaljer: Gull, sølv og bronse opp t.o.m. D/H 21. Gull til klassevinnarane i dei andre DM-klassane	

Overnatting

Det finst mange campingplassar på Vassenden med høve til overnatting.

Jølster Maraton vert avvikla i juli kvart år på Vassenden og på deira nettside finn ein ei god oversikt over overnattingsmoglegheiter; <https://jolster-maraton.no/overnatting/>

O-troll-leir og Ungdomsleir

O-troll leir: Informasjon og påmelding her [O-trolleir under DM](#)

Ungdomsleir: Informasjon og påmelding her [Ungdomssamling under DM](#)

Løypeleggar

Gunnar Gytri, tlf. 917 46 767

Løpsleiar

Yngve Årdal, tlf. 911 49 805, epost: ardalyngve@gmail.com

Teknisk delegert

Norvald Ospehaug, Tambarskjelvar IL, tlf. 952 32 094

Håper DU vil ta turen til Sunnfjord august 2023.

Vi kan love gode o-løyper i eit flott terreng.

VELKOMEN TIL ALLE!

Forklaring løypenivå:

LØYPE - NIVÅ		Forklaring	Tilleggsopplysninger
GRØNN	N1-løype	Nybegynner (veldig lett) Har et opplagt veivalg langs sammenhengende ledelinje av typen vei, sti, bekk, gjerde. Alle poster skal ligge på eller rett ved ledelinje og i skifte av ledelinje der dette ikke er tydelig i terrenget. Merking av strekk bør benyttes der det ikke er tydelig ledelinje.	Passer for alle som er nye i orientering. Klasse N-åpen skal tilbys N1 løype. Dette er enkleste løype, spesielt tilpasset nybegynner barn.
GRØNN	N2-løype	Nybegynner (lett) Har et opplagt veivalg langs sammenhengende ledelinje. Kan i tillegg ha kuttemuligheter mellom postene på noen strekk. Kan ha skifte av tydelig ledelinje ved post og 1-3 ganger mellom postene. Poster kan henge 5-15 meter fra ledelinja på tydelig detalj, men skal synes fra ledelinja.	Passer for alle som er nye i orientering. Klasse D/H 9-10 skal tilbys N2 løype.
BLÅ	C-løype	Avansert begynnner (nokså lett) Følger stort sett ledelinjer, men enkelte steder forventes løperen å forlate ledelinjen. Kan ha noen strekk med veivalgsmuligheter. Poster kan henge 100 – 150 meter vekk fra ledelinjene på tydelig detalj. Bør ha en god oppfangende front og skal ha en tydelig oppfanger bak posten.	Passer for alle som har litt erfaring med orientering og behersker nybegynnerløyper.
RØD	B-løype	Den kompetente /øvet (middels vanskelig) Må kunne orientere uten ledelinjer og krever forståelse av høydekurver og finorientering inn mot postene. Det skal være en sikker oppfangende detalj bak posten (100-200 meter). Posten skal ligge på tydelig detalj.	Passer for alle som har en del erfaring med orientering og behersker løyper på C-nivå.
SVART	A-løype	Erfaren Kan være krevende orientering, uten tydelige detaljer på strekket eller nær posten. Bør beherske alle orienteringsteknikker.	Passer for alle som har god erfaring med orientering og behersker løyper på B-nivå.

Førde IL Orientering sine støttespelarar i 2023-sesongen:

