

Forslag til regel om temperaturgrenser i orientering

Forslagsstiller: Ås-NMBU Orientering

Vi foreslår en egen regel om temperaturer hvor det ikke bør arrangeres løp ved over 30 grader for barn, unge og veteraner. Elite kan konkurrere opp til 35 grader. En nedre temperaturgrense bør diskuteres med sentrale personer i ski-o-miljøet, men bør også innføres for å unngå kuldeskader m.m. Reglene bør også tilpasses de ulike grenene og disiplinene innenfor o-sporten.

Det bør likevel være opp til KLM og forbundstinget å lande nøyaktige temperaturer på bakgrunn av diskusjoner og faglige anbefalinger. Dersom man ikke klarer å bli enige om regler knyttet til temperatur vil utarbeidelse av tydelige retningslinjer være et godt alternativ.

Bakgrunn:

Dagens og fremtidige klimautfordringer gjør at vinteren blir kortere og kaldere, og sommeren kan gi hetebølger, også i Norge. Etter vår forståelse har ikke norsk orientering noen konkurranseregler knyttet til temperatur. Skiorientering praktiserer likevel skiforbundets regler etter hva vi forstår, men det finnes ingen øvre grense for temperatur. De siste årene har det vært flere hendelser som har vært uheldige knyttet til høy temperatur:

- **Martin Johansson** kollapset etter VM-sprinten i Ukraina i 2007, i over 30 varmegrader. <https://www.ha-halden.no/sport/ekstrem-varme-forte-til-kollaps/s/1-2906373-4938476>
- **Marius Thrane Ødum**, Danmark, kollapset på VM-stafetten i Sveits i 2023, men klarte å krype mot sistepost og fikk rask hjelp av helsepersonell. Det var varmt denne dagen samtidig som danskene hadde noe sykdom i kroppen. <https://www.nrk.no/sport/dansk-vm-loper-kollapset-i-varmen--sendt-til-sykehus-1.16484923>
- **Mattia Debertolis** døde etter å ha kollapset på mellomdistansen under World Games i Kina 9.august. Etter svenske rapporter skal det ha vært 32 grader på stedet, men luftfuktigheten gjorde effektive grader til over 40. Ifølge kilder skal Debertolis ha ligget alene og bevisstløs i terrenget i nesten en time før han ble funnet av eget lag, og led av ekstrem hypoksi (oksygenmangel). ¼ av løperne i herreklassen brøt løpet sitt. <https://www.nrk.no/sport/orientering--italienske-mattia-debertolis-doydde-etter-mellomdistansen-i-world-games-i-kina-1.17525199>
<https://www.svt.se/sport/orientering/italiensk-orienterare-dod-bodde-i-stockholm>
- **Øystein Kvaal Østerbø** kollapset på et fjellløp i Hong Kong 18.mai i år, men ble raskt funnet og tatt hånd om. Etter egen instagram var det indre skader han pådro seg som følge av varme omgivelser.
- Skogsløpene under **O-festivalen på Kongsvinger** i 2022 gikk i over 30 grader. Vi har ikke indikasjoner på at noen kollapset, men opplevde selv løpene som utfordrende og ubehagelige.
- **Junior-VM sprintstafett** i Italia i år ble avholdt i 35-40 effektive grader med lite muligheter for skygge. Flere ledere kunne fortelle at mange utøvere hadde utfordringer denne dagen.
- **Veteran-VM i Girona** 8.-15. august er anslått å gi temperaturer over 30 grader. Ingen indikasjoner på at noen har kollapset, men lavere deltakerantall kan vitne om at varmen holder flere unna.

De fleste av disse hendelsene er knyttet til eliteutøvere, men vi tror at når disse kan rammes er det grunn til bekymring for oss øvrige også. O-festivalen på Kongsvinger gir en indikasjon på at sommertemperaturen i Norge også kan bli høy, og at sommerløp i Norge i første omgang kan bli utsatt for ekstremvarme. Hvis påstandene om at Debertolis ble liggende i skogen i en time i ett internasjonalt elitearrangement med forventet gode rutiner på helsepersonell m.m., vil ett NA-løp, K-løp eller nærløp ha veldig dårlige forutsetninger for å ta hånd om slike hendelser. Det er også naturlig å forvente at barn og unge samt veteraner har dårligere forutsetninger for å takle varme på samme måte som eliteløpere.

Vi tror gjennom de siste hendelsene at det er vanskelig for en utøver å avstå fra å delta og en arrangør fra å arrangere når det ikke er klare regler eller retningslinjer på temperatur. Av egne erfaringer vil utøvere prøve å best mulig akklimatisere seg og gjøre riktige forberedelser til varme løp fremfor å ikke starte. Arrangører vil også tilpasse arrangementet gjennom eks. ekstra drikkestasjoner. Men ved sommerløp hvor over 1000 deltakere deltar er det ingen garanti for at alle 1000 er fysisk rustet til å komme seg gjennom konkurransen. Kanskje kan man se til andre idretter, hvor f.eks. maraton i varme land ofte gjennomføres sent på kveld/tidlig morgen. Kanskje må sommerløp flyttes til kveldstid eller ha grytidlig start skal man unngå uheldige episoder.

Vi tror at dersom NOF vedtar regler knyttet til temperatur, kan dette sette mer press på IOF til også å vedta egne regler for temperatur. Dersom NOF ikke vil vedta en regel/retningslinje rundt denne tematikken, håper vi det i hvert fall blir en diskusjon om dette på KLM og fremtidige forbundsting. Orientering skal være gøy for alle, og vi har ingen å miste.