

Harepesthelga på Ås



O-idol Norgescup NM jr. stafett



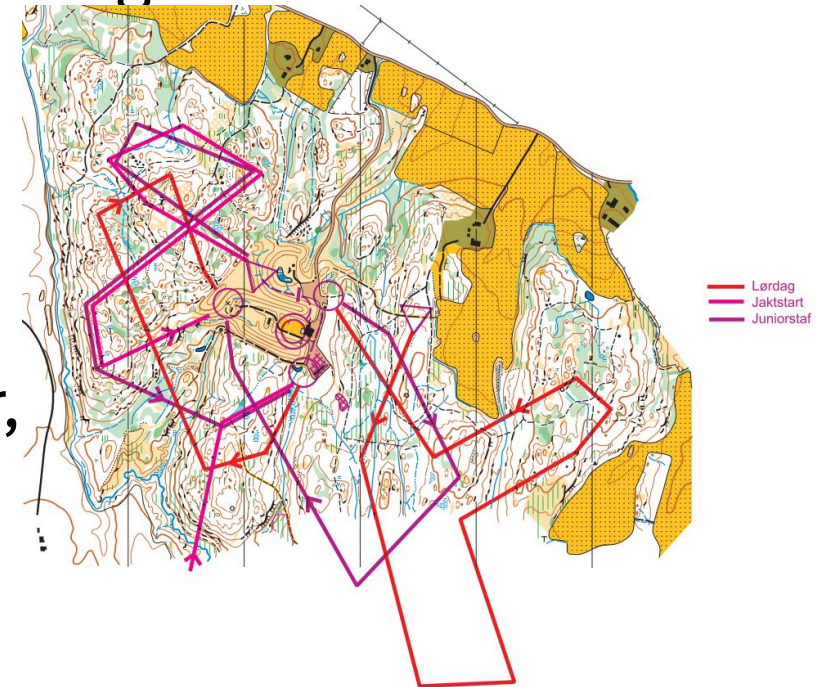
Ås IL 19.-21. sep 2025

Bakgrunn

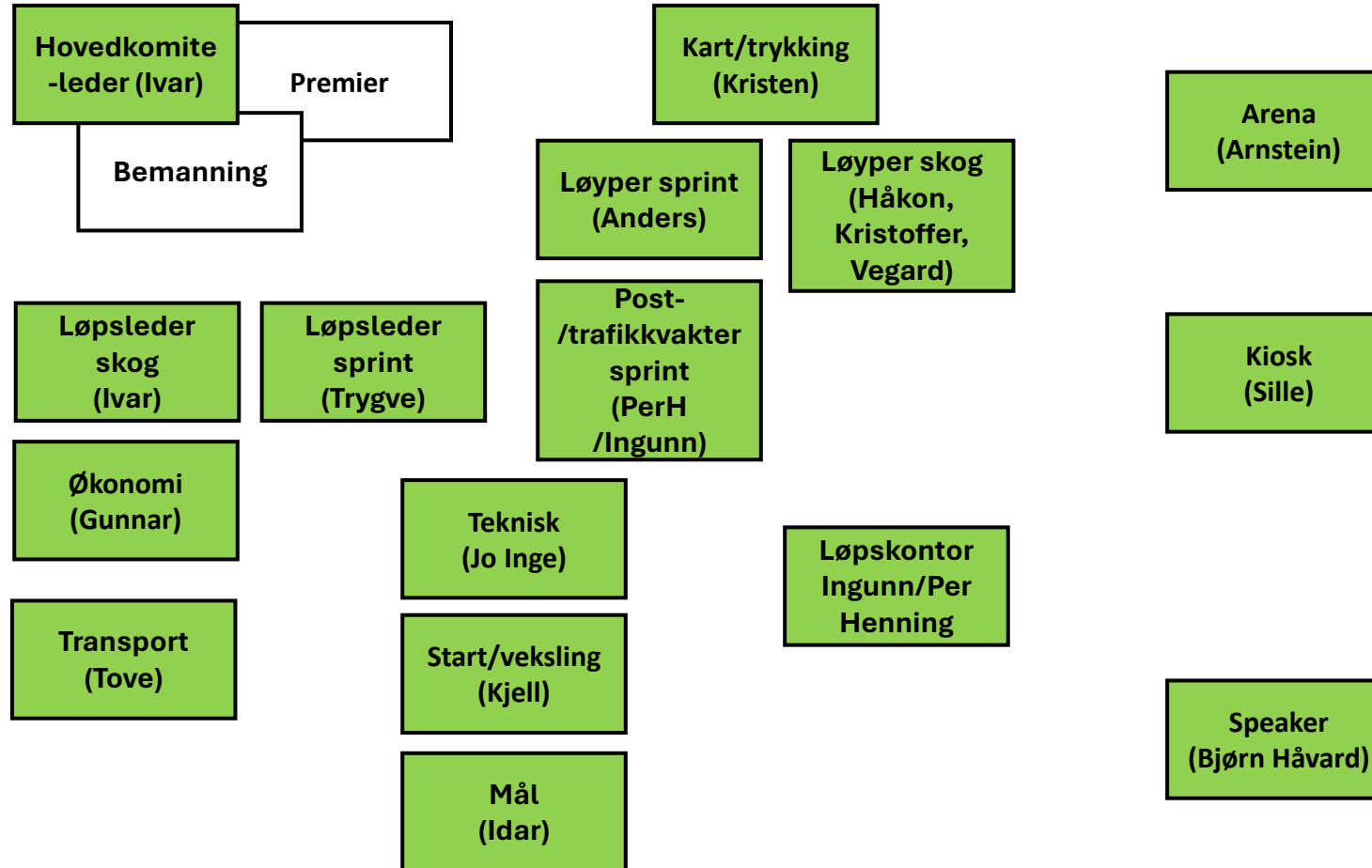
- Ås IL er en rutinert arrangør og (mange av oss) liker å arrangere
- Ås IL var 100 år i 2022, men da klarte vi ikke å finne passende/ledig arrangement
- Initiativ fra flere, bl.a. studenter i løperklubben (Ås-NMBU Orientering) gjorde at vi tok på oss dette arrangement
- Etter hvert et mål om å vise at det er fint o-terreng på Ås også, ikke bare for den årlige stafetten «KvistKvaset»

Tidslinje - forberedelser

- Juni 2024: Oppstart i o-gruppestyret
- Sept/okt 2024: Møter med grunneiere og skytterlag
- Høsten 2024: Kart synfart
- Vinter/vår 2025: Sentrale hovedfunksjonærer på plass, bl.a. løypeleggerteam (5 pers)
- Vår/sommer 2025: Planlegging av sprintløyper, rekruttering av post-/trafikkvakter
- Etter sommerferien: Resten av funksjonærer innhentet



Organisering/funksjoner



Totalt ca 50 personer involvert

15 av disse kun fredag som trafikk-/postvakter

Tidsplan for helgen

- Fredag 19.9. Norgescup sprint (Arena Ås sentrum)

15:30 Karantene åpner

17:00-18:27 Start

18:45: siste i mål

19:15: Premieutdeling ferdig

19:25: Solnedgang

- Lørdag 20.9. Norgescup mellom jr/sr, O-idol D/H 16 (Arena Ålerudmyra)

11:00: Første start

15:20: Siste i mål

15:15. Start publikumsløp

- Søndag 21.9.: Norgescup jaktstart D/H21 + NM stafett junior (Arena Ålerudmyra)

09:00: Første start jaktstart H21

09:25: Første start jaktstart D21

10:45: Start H 17-20

12:00: Start D 17-20

14:10: Premieutdeling ferdig

**Veldig stram tidsplan
når det er mange løpere
og få løyper (4)**

**Burde startet D 16 og H 16
etter hverandre**

**Ikke alle jaktstartdeltagere
var i mål før første veksling**

Forsøk med masterplan

A	B	C	D
Tid fra	Tid til	Hva	Hvor
15:00	15:00	Speakeret inkl høyttaleranlegg rigg og test, se til nøyre for detaljer Jo Inge	Arena
15:00	15:00	Idar kommer	
16:00	16:00	Mål ferdig rigget og testet	
15:30		Karantene åpner, prøveløpere oppmøte	Karantene
15:45		Instruks til postvakter	Arena
16:00		Postvakter ut, prøveløpere starter	
			Mål
	16:40	Testløpere i Mål	
16:30		Arena speaker starter	
17:00		Karantene stenger	
17:00		Tracking åpnes (hvis nødvendig)	
17:00		Start liveresultater (de er forsåvidt start)	
17:00		Første start	
17:05	18:15	Transport av baker til arena	
	17:39	Siste i mål D19-20	
	17:47	Siste i mål i D 16	
	17:55	Siste i mål i H 19-20	
	17:47	Siste i mål i H 16	
	18:00	Offisielle resultater første 4 klasser + info	
	18:30	Siste i mål i D 21	
	18:20	Premieutdeling del 1. Usikkert om todelt	
	18:41	Siste i mål D 17-18	
	18:27	Siste start	
+ ≡ Før tor 18 ▼ Tor 18 ▼ Fredag 19 ▼ Lørdag 20 ▼			

Startnummerserier, første og siste start nå låst. Satser på at det ikke blir Kan se ut som vi har flaks. Må være forberedt på at det kan bli start før k					
Tabell2					
Løype	Klasse	Antall	Første start	Siste start	
4	D 16	28	17:00	17:27	
4	D 17-18	52	17:30	18:21	
2	D 19-20	28	17:00	17:27	
2	D 21	41	17:30	18:10	
3	H16	28	17:00	17:27	
3	H 17-18	57	17:30	18:26	
1	H 19-20	36	17:00	17:35	
1	H 21	51	17:37	18:27	
Alle		321	18:27	18:47	294
Løpstid	0:15:00				
slakk	5				
Sola går ned 19:25					
Kart					
L1	87				
L2	69				
L3	85				
L4	80 NB 28 + 52				

Jo Inges kladd på sida hvor han skal forflytte seg og henge fingra i, i rekkefølge					
??:??		Levere utstyr Åshallen			
10:50		Hvor tidlig kan jeg kjøre inn på arena med varebilen og lesse av?			
11:00		Være med på utstyrmottak fra JAJ - og videreformidling til utsettere.			
11:15		Lempe ut av varebil			
11:30		Plassere ut to skjermer			
11:45		Grovplassere speakeranlegg (høyttalere, mikrofoner			
12:00		Grovplassere ETS2			
12:15		Trekke strøm til skjermer, høyttalere og avlesningsområde			
12:30		Sette opp og teste speakeranlegg			
13:00		Marius kommer			
13:15		Sette opp og teste mållinje og avlesning			
13:30		Sette opp backupkamera på mål			
13:45		Sette opp Livestream			
15:00		Idar kommer, helst noen minutter før			
15:05		Jogge over til Åshallen			
15:15		Oppsett og sjekk av brikkesjekk, Idar			
15:15		Opplæring løpskontoret			
15:25		Jogge tilbake til arena			
15:30		Opplæring speaker			
15:30		Grete J. henter starterlister, iPad, startklokke, 2 startlister 2 minuttlister			
15:45		Fintune resultatskjermer			
16:40		Overvære mottak av prøveløpere i mål			
??:??					
			18:47	48	701
					751
					3

Hjemmesideløsning



Fredag 19. 9

Norgescup sprint Ås sentrum

[Eventor](#)

[Liveresultater](#)

Lørdag 20.9

Norgescup mellom og O-idol

[Eventor](#)

[Liveresultater](#)

[GPS O-idol H16](#)

[GPS O-idol D16](#)

Søndag 21.9

Norgescup jaktstart: [Eventor](#)

[Liveresultater jaktstart](#)

NM jr. stafett: [Eventor](#)

[Liveresultater stafett](#)

[Felles PM \(pdf\)](#)

[Innbydelse \(pdf\)](#)

Deltagelse

	Deltagere 2025	Deltagere 2024
Sprint D/H 16	49	52
Sprint jr/sr	245	210
O-Idol	67	65
Ncup Mellom	337	300
Ncup Jaktstart	117	90
NM jr stafett	80 lag	55 lag
Totalt	955	782

Transport

- Mulig å komme til løpene uten bil eller egen buss
- Fredag: Karantene 150 m og arena 200 meter fra Ås stasjon
- Lørdag og søndag: Minibusstransport fra Ås stasjon til arena (12 min). 35 personer benyttet seg av dette.

NC Sprint - erfaringer

Innspill fra løypelegger Anders Haugskott

Organisasjon

- Løpsleder: Trygve (februar 2025)
- Løypelegger: Anders (november 2024)
- Løypeleggerteam
 - Intern løypekontrollør: Kjell Blomseth
 - Postrigg: 2stk
 - Merkebånd: 2stk
 - Disse totalt 4stk fungerte som sykkelvakter under løpet.
 - Postvaktansvarlig: 2stk i forkant, løypelegger på dagen
 - VDG: Løypelegger
- NOF Kontrollør: Jan Arild

Løypefilosofi

- Raske løyper – lave vinnertider (12-14min)
 - Lyktes delvis, de vi ikke lyktes med løp veldig dårlig og det var noe våtere og tregere med mer gress enn beregnet.
- Overraskelsesmomenter (for de som forbereder seg)
 - Startsted
 - Moertunet/Sansehage
 - Borettslagene i Ekornveien
- Ingen tar optimale veivalg hele veien
- God utnyttelse av terreng
- Minst mulig ekstra fiolett – kunstige sperringer med symboler
- Redusere mulig slump til et minstemål – kun innkjørsler i Ekornveien kunne være litt udefinerte

«Forvandlingen» i E Kornveien



2015



Juni 2025



September 2025

Arbeidsfordeling (for løypelegger sprint)

- 70% VDG – 30% løyper
- De siste godkjenningen var på plass i august, noen områder gikk vi bare gode for.
 - Mange postplasseringer på offentlige områder eller hvor det var anslått lite konflikt.
- Flere fysiske møter – mye oppklaring om hva som skulle skje og hvordan vi håndterer det, eks løping i hager.
- Instruks for alle postvakter – stripse porter, holde folk på avstand/unngå situasjoner, påse at alt går fint.

Noen «artige» bemerkninger

- Ungdommen prøvetråkka skog to dager før
- To poster hang feil 15min før start – ble oppdaga på siste sjekk
- Postvakter lånt fra friidrettsgruppa
 - Instruksen var med o-kart, flere var lite kjent i området
 - Trafikkvakt ved startpost brukte 1t fra arena til start ☺
- 3km merkebånd i terrenget
 - Var nok nødvendig - utsagn dyktig løper
 - Mye arbeid – hvor går grensa?
- Det kan aldri bli forståelig nok!
 - 5-6 løpere kom seg ikke gjennom sansehagen, løp langt rundt.



Typiske VDG-problemer

- Hva er (sprint-)orientering? Måtte kalle det gateorientering, parkorientering etc.
- Slitasje på plen
 - O-løpere kommer gradvis, i JOGGESKO, og er ikke like tunge som dyr selv om enkelte løper som elgen.
- Leggetid for barn, redd for støy
 - Uvisshet om hva orientering faktisk er.
- Barnehager – strenge regler for eks franskgjerder og gjester.
LAAAANG åpningstid, trege foreldre
- Gjøre tillatte private områder forståelig for løperne

Til videre

- Bør finnes en mal for tidsstipuleringer i sprint med hensyn til underlag.
- Tydelige maler for hvordan håndtere grunneiere som ikke vet bedre
 - Voksenopplæring er nødvendig, mange forbinder orientering med noe helt annet.
- Vurder å gi VDG-ansvaret til andre enn løypelegger.

Evaluering av Norgescuphelga - sammendrag

- For å kunne oppsummere arrangementene våre ble det utarbeidet et kortfattet spørreskjema som ble sendt til ansvarlige for de ulike gjengene/funksjonene.

Evalueringer fra «Gjengsjefene»

Hva var de største utfordringene innenfor ditt ansvarsområde i forbindelse med planlegging og gjennomføring av arrangementene?

- For sen involvering i planlegging
- For liten kunnskap hos mange om arena og fasiliteter i forkant av arrangementene
- Krevende tilgang til alle grunneiere
- Passiv kontrollørfunksjon for skogsdistansene

Hva kunne vært gjort annerledes (av din gruppe eller andre) neste gang for å gjøre det enklere/bedre?

- Tidligere etablering av hovedkomite, sterkere forankring i styret, frister/framdriftsplan, bedre koordinering og flere hovedkomitemøter
- Bedre gjennomgang av tidsskjema i forkant
- Felles disk og delt masterplan ble i liten grad tatt i bruk
- Mangel på komplett funksjonærliste
- Bedre samordning av innkjøp
- Utvidet tilbud av varmmat (grilling) i salget

Evalueringer fra «Gjengsjefene» (2)

Var det noe som burde vært gjort i tillegg til det vi gjorde for enda bedre arrangement? (Funksjoner, tilbud, aktiviteter, o.l.) Hvordan kunne dette vært organisert?

- Mer studentreklame på arena
- Mer info til media og lokalbefolkning
- Publikumsløp for politikere på sprinten
- Bedre tilrettelegging av publikumsløp lør/søn
- Mer offensiv økonomi-/sponsoroppfølging.

Hva er dere mest fornøyd med innenfor deres ansvarsområde og hvorfor gikk det bra?

- Positiv innstilling og pålitelig oppmøte hos funksjonærer
- Minibussleie og transport fungerte utmerket
- Tekniske løsninger og tjenester på arena holdt et høyt nivå og fungerte i stor grad utmerket. Riktig valg av tidtakersystem og godt samarbeid med leverandør.

Kommentarer fra hovedkomiteleder

- Arrangementene hadde høy kvalitet på alle områder, takket være både dyktige, engasjerte og til dels svært rutinerte ansvarlige og medhjelpere. Dette er basert på tilbakemeldinger både fra løpere, kompetente tilskuere og forbundet.
- Kart og løyper holdt et internasjonalt nivå. Dette kunne vært brukt i verdenscupen.
- Tekniske løsninger (tidtaking, liveresultater, resultatvisning på skjerm, live stream og lyd) var svært gode og fungerte til tross for til dels krevende værforhold.
- En dyktig speaker sørget for god formidling gjennom hele helga.
- Samarbeidet med Ås skytterlag var en positiv, ny erfaring som det kan bygges videre på.
- Til dels krevende «samarbeid» med grunneiere som tidligere ikke hadde erfaring med og kjennskap til orientering. Dyktige personer i klubben sørget for at dette ble håndtert på en god måte slik at vi (forhåpentligvis) kan benytte skogsområdet videre til både treninger og løp.

Kommentarer fra hovedkomiteleder (2)

- Vi lyktes med å engasjere studentene (NMBUI) til å ta ansvar for det sportslige på sprinten og med at Ås-NMBU-løpere kunne delta lørdag og søndag.
- Etableringen av delt disk for lagring av dokumenter og deling av planleggingsfiler fikk ingen utbredt bruk, bortsett fra for løypegjengen og teknisk.
- Negative opplevelser med manglende levering av bestilte funksjonær-t-skjorter og veldig sent forfall fra sportsutsalg på arena. Begge disse firmaene er for øvrig «pålagte» samarbeidspartnere fra forbundets side,
- Forbundets kombinasjon av rollene som oppdragsgiver, støtte/leverandør og hovedkontrollør (TD) for en og samme person kan være vanskelig å forholde seg til, spesielt i forbindelse med klage-/protestbehandling, men er også negativt for rekruttering/opplæring av nye TD-er.
- Uventet, men interessant ekstraarbeid pga utbruddet av harepest. Pr d.d. er dette arbeidet ennå ikke avsluttet.

Bonus: Harepestmysteriet

Timeline

03/10

Confirmation by reference

Preliminary conclusions

- **Unusual outbreak of tularemia in Norway** due to its size and clinical presentation (glandular/ulceroglandular and swollen groin)
- Current conclusions regarding mode of transmission:
 - Infection through **environmental exposure to contaminated water** (splash/immersion) (yes)
 1. Fit dominant clinical presentation (ulceroglandular)
 2. Statistical association with **presence of cuts during the race, wading in waist high water and going through mudhole (A and others)**
 - Infection through **ingestion of contaminated drinking water** (?)
 1. Strong association with drinking water provided by the race
 2. Does not fit the clinical presentation (oropharyngeal/intestinal remain rare)
 - Infection through **vector bites** (no)
 1. Fit dominant clinical presentation (ulceroglandular)
 2. But no association with reported bites



ersøkelser

annprøver: 1 fra borehull og 2 fra

tuttet i Ås og Forsvarets forskningsinstitutt (FFI)
se for funn? Bare funnet en grevling.