

VÄRMLANDS ORIENTERINGSFÖRBUND

PM

FÖR ORIENTERINGSARRANGÖRER I

VÄRMLAND

GÄLLANDE FÖR SÄSONGEN

2010

Samt ansökningsblankett till tävling år 2011

UTGIVARE:

VÄRMLANDS OF's TÄVLINGSKOMMITTÉ

Sändlista: Värmlands tävlingsledare år 2010 och klubbadressen

Kopia till: VOF's styrelse och Tävlingskommitté

PM för Orienteringsarrangörer finns också på VOF's hemsida

Postadress	Telefon	Telefax	E-post	Plusgiro
Box 10	010-476 47 76	010-476 47 99	monika.wikstrom@varmland.rf.se	470110-8
651 02 Karlstad			Hemsida	
Besöksadress			www.orientering.se/varmland	
Industrigatan 1				

VÄRMLANDS ORIENTERINGSFÖRBUND

Tävlingskommittén (T K)

Organisation

		<u>Tfn bostad</u>	<u>Tfn arbetet</u>	<u>Mobil</u>
Ordförande / Bankonsulent (BK)	Sören Johansson	tfn 054-87 14 01 E-mail soren45@hotmail.com		070-695 89 76
Tekniska gruppen	Nils Jansson	tfn 054-86 03 33 E-mail nils.jansson@solstan.se		
	Per-Martin Svärd	tfn 0563-104 95 E-mail pm.svard@telia.com	0563-175 07	070-534 61 28
	Örjan Beckius	tfn 054-56 66 11 E-mail rjan.beckius@telia.com		070-634 19 33
	Lottie Lindh	tfn 0555-129 54 E-mail lottie.lindh@metso.com		070-367 12 37
Data	Håkan Lindberg	tfn 0586-560 11 E-mail hakan.lindberg@posthem.se		
Kart	Jonny Jonsson	tfn 054-57 21 71 E-mail jonny.jonsson@domail.se		
Elit	Magnus Nordström	tfn 0554-27 11 41 E-mail magnusnordstrom@bredband.net		070-647 01 69
Ungdom	Mikael Boman	tfn: 0552-121 84 E-mail bomanfamiljen@telia.com		070-556 40 42

Innehåll

Mål	4
Grund.....	4
Tävlingsområde	4
Arenan	4
Startplatsen	4
Inbjudan	5
Terrängbeskrivning.....	5
Klassindelning mm	5
Banläggning.....	5
Kartan.....	5
Starttid för tävlingen	6
Räddningstjänst.....	6
Anmälningstider	6
Anmälningsavgifter	6
Lottning	6
Startlista	6
Angivelser	7
Snitselfärger	7
Vätskekontroller	7
Startmellanrum och spärrade klasser	7
Parkering och avgifter.....	7
Starten	7
Målet	7
Datastöd.....	7
Prisutdelning	8
Priser.....	8
Press och radio	8
Internet via VOF:s och egen hemsida.....	8
Resultatgivning på Arenan	8
Resultatlista.....	9
Tävlingsrapport (=Bör tas fram samtidigt som resultaten).....	9
Tävlingsregler och PM	9
Tävlingsjury	9
Långtidsplaner	9
Värmlandsserien	9
DM Medeldistans	10
DM natt	10
DM Stafett	10
DM Sprintdistans	10
Klasser som kan ha samma bana	11
Klassindelning för DM	12
DM-lång, medel och natt	12
DM-stafett.....	12
DM-sprint	12

Tävlingsprogram Värmland år 2010
 Ansökningsblankett till tävling år 2011
 Förenklad Tävlingsrapport år 2010
 Ungdomslathund

Bilaga 1
 Bilaga 2
 Bilaga 3
 Bilaga 4

TÄVLINGSANSÖKNINGAR FÖR ÅR 2011

Ansökan via Eventor, annars på blankett enligt bilaga (2) skall vara VOF kansli tillhanda senast **1 maj**.

PM FÖR TÄVLINGSARRANGÖRER ÅR 2010

Mål

Målet för tävlingarna är att behålla och rekrytera orienterare i alla åldrar.
Se även mål och inriktning i VOF:s Verksamhetsplan.

Tävlingsledaren ansvarar för att övriga tävlingsfunktionärer tar del av och följer detta PM.

Grund

Detta PM för tävlingsarrangörer skall ses som ett komplement avseende speciella förhållanden inom Värmlands OF.

Den bästa och helt nödvändiga informationen om arrangerandet av en orienteringstävling lämnar SOFT:s tävlingsregler (2007) med prolongering 2009, Handbok för OL-arrangörer (1997), Mark och vilt, Nya BanläggARBOKEN (2007) och anvisningar för ranking och elittävlingsarrangörer på SOFT's hemsida.

Dessa säljs av SOFT-förlaget (tfn 040-660 66 69 eller: www.orientering.se)

Tävlingar kan med fördel planeras och förbättras om tävlingsfunktionärer utbildas i t.ex. studiecirkel.
Kontakta VOF:s kansli eller SISU.

För precisionsorientering gäller SOFT:s "Tävlingsregler - Precisionsorientering".

Vid frågor om PRE-O kontakta Per Bengtsson tfn 070-580 37 15.

Tävlingsområde

Tävlingsområdet skall väljas med stor omsorg så att det passar de olika tävlingsklasserna.

Arenan

Arenan bör väljas så att avståndet parkering - Arena minimeras med hänsyn till småbarnsföräldrar, handikappade och äldre. Arenan bör om möjligt förläggas och byggas så att det blir ändamålsenligt och trevligt för deltagare, supporters, press och publik. Stor vikt skall läggas vid det hygieniska t.ex. varmt vatten i duschen, **avskild toalett i damduschen**.

Det bör vara fler dusch- och toalettplatser per anmälda för damer än herrar och "hög standard på toaletterna".

Startplatsen

För de yngsta klasserna bör starten om möjligt ligga direkt i anslutning till Arenan.

Vid starten skall hjälp finnas till ungdomarna för iplockning, rådgivning mm.

Starthjälpen bör bära VOF-tröja med texten " Vi hjälper ungdom ".

Saknas tröjor kontakta grannklubb!

Glöm ej att det skall vara O-magnetiska häftklamrar.

Vid startplatsen skall finnas kartor (svart/vita) till eventuell "skugga" i U-klasserna.

Kartan i startögonblicket för D/H 18 och äldre, se TB 23.7.

Inbjudan

Exempel på inbjudan se TB 19 i tävlingsreglerna.

Alla avgifter som kommer att tas ut skall anges i inbjudan. Se TB 20.9 – 20.11

Angående kartan skall det anges vem som utfört fältarbetet, vilket år det skedde eller sista påverkan/revidering gjordes, tryckår, skala, ekvidistans, om och när kartområdet användes för större tävling och om trycket är offset eller digitalt. Se PM för värmländsk kartproduktion.

Fullständig inbjudan skall efter godkännande av tävlingskontrollanten sändas till VOF:s kansli via e-mail i word/excel-fil (ej pdf).

Inbjudan i originalformat utsänds av VOF till SOFT, OF-kanslierna och de närmaste norska kretsarna.

Inbjudan i A4 utsänds till:

VOF:s föreningar, VOF:s styrelse, tävlings-, elit- och ungdomskommitténs ledamöter .

Stoppdatum för vårens tävlingar är 9/2 (utsänds 3/3) och höstens tävlingar 11/5 (utsänds 26/5)

OBS. Hålls inte dessa datum får klubben själv ordna utskick.

Annons bör sättas i Skogssport

Terrängbeskrivning

Terrängbeskrivning skall ingå i inbjudan. Anvisningar utgivna av SOFT skall följas.

Klassindelning mm

Klassindelningen finns beskriven i de tävlingsreglerna (2007) med prolongering 2009, under kapitel 4.

Observera sista meningarna under 4.1.1. samt banlängder under 4.3.

Vid sammanslagning av klasser observera punkt 4.5.4

Inskolningsklass:

Skall alltid finnas då huvudklasser, normalt anordnas.

Anordnas med glada och ledsna gubbar gärna i eget tävlingsområde.

Observera att ingen tid skall tas. Anmälan skall kunna göras tävlingsdagen

U-klasser:

U1- U4 är ej åldersrelaterade klasser. Alla har tidtagning och skuggning får förekomma, samt tillåter löpare t.o.m. 16 år. Man klassas efter förmåga och inte efter ålder.

Se även Anmälningstider

Stafetter:

Spridningsmetod godkänd av SOFT skall användas vid mästerskapstävling i klasserna H/D 18, 20 och 21. Vid övriga klasser kan annan eller ingen spridningsmetod användas.

Banläggning

Arrangörsklubben ansvarar för att banläggaren har nödvändig utbildning och kvalifikationer.

Observera kompetenskrav i tävlingsreglerna (2009), TB 17, punkt 17.4

Banläggaren skall till bankontrollanten sända banor och kontrollbeskrivningar senast två månader före tävlingsdagen. Kan detta ej följas skall bankontrollanten kontaktas för information av läget.

Ansvarig banläggare skall efter tävlingen sända samtliga banor till BK (Sören Johansson)

Tävlingsledaren ansvarar för att arrangörsföreningens ungdomsledare granskar ungdomsbanorna.

Vid behov kan hjälp erhållas av VOF:s ungdomskommitté.

Exempel på klasser som kan använda samma bana visas i bilaga 1.

Mer om banläggning se tävlingsreglerna (2007) med prolongering 2009, TB 16 samt Nya BanläggARBOKEN (2007).

Kartan

Tävlingskartan måste för nationell tävling vara godkänd av distriktets kartkommitté och ha SOFT:s godkännandemärke. Den sanktionerade kartan skall användas. (Se PM för värmländsk kartproduktion)

Avsteg från kartnorm och andra avvikelser skall anges i PM liksom rek-och framställningsår.
Kartskala 1:10 000 skall om möjligt användas i klasser t.o.m. HD14 samt klasser fr.o.m. H/D40.

Kartskalan 1:15 000 skall användas av D/H 16 – 21 vid långdistanstävling. Tävligen blir inte ranking meriterande om annan skala används i D/H 18-21.

Förändringar i terrängen, väsentliga för orienteringen, skall tryckas på kartan i samma färg som banpåtrycket. Vid digitalt tryck – använd rätt papper, se Kart PM 2010! Hyggesgränser "punktas" och ett eller flera H sätts innanför markeringen. Används digitalt tryck skall skrivare och tryckare vara certifierade av SOFT.

På tävlingskartans baksida skall klass anges tydligt . "Följekarta" skall finnas till U-klasserna.

Starttid för tävlingen

Första starttid mellan 10.00 och 11.00 rekommenderas för individuell dagtävling
En tidigareläggning av starten på 30 minuter för t.ex. H21E rekommenderas.

Räddningstjänst

För att underlätta för utryckningsfordon vid eventuell olycka bör det underrättas om när och var man har sin tävling (ARENA). Kontakta lokala Räddningstjänsten

Anmälningstider

Sista anmälningssdag bör läggas så nära tävlingsdagen som möjligt och endast i undantagsfall mer än 12 dagar före. **Ange oss tillhanda senast den angivna dagen.**

Öppna-, Inskolnings- U1 – U4, och H/D10 – klasser skall kunna anmäla sig tävlingsdagen.

Arrangören avgör om föransmälan skall förekomma i öppna klasser. Ingen efteranmälningssavgift uttas. Miniknat bör erbjudas hela dagen.

Anmälningssavgifter

Avgifter för 2010:

Elit 130 kr Vuxna 90 kr Ungdom 50 kr

Öppna klasser:

Vuxen 90 kr/ungdom 50 kr

Tilläggsavgift vid efteranmälan: 50 % av ordinarie avgift

TK rekommenderar att inga efteranmälningssavgifter tas ut av D/H 10, U 1-4 och inskolning (**anges i inbjudan**).

Vid Närtävlingar är anmälningssavgiften max 25 kr för ungdom och 45 kr för D/H 18 och äldre.

Önskas högre avgifter (servicehöjande) se SOFT's tävlingsregler 2007. Kontakt måste då tas med Värmlands OF's Bankosulent.

Lottning

När flera klasser springer samma bana skall den snabbaste klassen lottas först.

Därefter i tur och ordning efter beräknad löptid.

Vid dagtävling så skall efteranmälda starta med samma startmellanrum direkt före ordinarie i sin klass.

Var uppmärksam på att DATA-lottning kan bli föremål för "rättning".

Startlista

Klubblista samt PM sänds vid begäran per post till angiven person i anmälningsslistan.

Komplett startlista anslås tävlingsdagen vid Arenan.

Rankingnummer skall vara med. Även efteranmäldas.

Angivelser

För att underlätta för klubbarnas ungdomar så skall angivelser i minst ett exemplar anslås vid startlistorna på Arenan och vid start. Detta gäller klasserna inskolning, U-klasser, H/D10 och H/D12.

Snitselfärger

Start	Startpunkt	Röd/vit
Parkering	Arena	Vit/lila
ARENA	Start 1	Orange/vit
ARENA	Start 2	Orange/blå
ARENA	Start 3	Orange/grön
Efter banan	Dag	Vit
Efter banan	Natt	Vit
Förbud/varning		Gul/ blå eller Gul/svart

Vätskekontroller

Vätskekontroller skall finnas i klasser som beräknas få en segrartid som överstiger 60 min. (TB 24.1)
Vid varm väderlek bör vätska finnas även vid eller på väg till start.

Startmellanrum och spärrade klasser

Vid upprättande av startlista för elitklasser skall eventuellt gallring av löpare samt insättning av löpare på vakansplatser ske i samråd med VOF:s elitedare.

Startmellanrum skall vara minst 2 minuter i elitklasser och minst 1 minut i övriga.

Vid DM har c:a 40 rätt att starta i HD21. Gallring görs av VOF:s elitkommitté.

Klasser (särskilt äldre) med få deltagare skall ha lämpligt startdjup, större än 1 minut.

Parkering och avgifter

Eventuell avgift upptas först då fordonet har parkerat.

Avgiften skall vara anpassad till de utgifter som man har för parkeringen.

D.v.s. inga utgifter, ingen avgift.

Starten

Separera klasser som får kartan i startögonblicket och de som får kartan en minut innan. Detta för att minska risken för tjuvstart. Öppna klasser och motionsklasser bör erbjudas fri starttid via startstämplingsmetoden.

Målet

Om man har elektronisk stämpling så skall det vara tydlig markering mellan målstämpling och avläsning. Detta för att undvika missad avläsning. Försök att få avståndet mellan målstämpling och avläsning relativt kort (ca 20 meter).

Datastöd

Programvara för tävlingsadministration (OLA) finns på SOFT's hemsida. Se till att använda rätt version av programmen!

Kom ihåg att ha ett reservsystem vid målet och i sekretariatet om t.ex. strömmen skulle gå.

Frågor kring datasystemen ställs till Håkan Lindberg, tfn: 0586-560 11 och Andreas Blomgren (Hierne), tfn: 0570-172 59.

Prisutdelning

Snarast möjligt och meddelas av speakern!

Ungdomsklasserna bör särskilt uppmärksammas. Högtalare skall användas.
Vid DM skall prispall för de tre bästa användas.

Priser

Arrangören bestämmer själv vad och till vem priser skall utdelas. VOF:s tävlingskommitté rekommenderar dock att vi liksom tidigare år skall prioritera tävlingens ungdoms- och huvudklasser (H/D21)

H/D12 och yngre samt U1 och U2	helst priser till alla.
Övriga ungdomsklasser liksom övriga U-klasser	1/3 av antalet startande.
Huvudklasser H/D18 och äldre	1/5 av antalet startande.

I öppna klasser och motionsklasser kan priser lottas ut.
"STORPRIS" kan lottas ut bland alla som startat och fullföljt.

Press och radio

Utse pressansvarig som i god tid före tävlingen förser press (lokal- och distrikts-) och radio (lokal- och när-) med förhandsinformation. Pressansvarig är värd för eventuellt närvarande press och radiorepresentanter under tävlingen. Pressansvarig ger omedelbart efter tävlingens slut ovanstående massmediarepresentanter resultat och annan information enligt på förhand uppgjort sätt. Har ingen överenskommelse kunnat göras i förväg, skriv själv referat. Skriv referat med dubbelt radavstånd. Resultatlistan skrivs med vanligt radavstånd. Ange med fördel att referat kan införas senare än dagen efter tävlingen. Använd tillgängliga hjälpmedel som E-mail, telefax, www.siphon.info etc. För pressadresser mm om media kontakta VOF:s kansli eller VOF:s hemsida på Internet. Se även PM PR/PRESS

Internet via VOF:s och egen hemsida

VOF:s hemsida sköts av kansliet och adressen är www.orientering.se/varmland. E-postadressen är: monika.wikstrom@varmland.rf.se

Då länkning sker till klubbarnas egna hemsidor är det viktigt att kansliet har klubbarnas rätta hemsidadresser.

Resultatgivning på Arenan

Resultatgivningssätt bör väljas så att tävlandes resultat delgivs utan onödig fördröjning (**VIKTIGT**)! Försök att ha system som medger sådan storlek på texten att den är läsbar även på några meters avstånd.

Resultatlista

Resultatlistan skall innehålla tävlingens namn, **tävlingsdatum och arrangör**.

Resultatlista skall i varje klass innehålla information om banlängd, löparens namn, rankingnummer, förening samt placering och tid.

Tävlande som brutit, felstämplat, diskvalificerats eller ej startat skall tas med sist i resultatlistan.

Uppgifter om gränser för tävlingsmärket skall anges. Obs! att rätt tävlingstyp användes.

Komplett resultatlista sändes till deltagande föreningar som beställt denna.

I övrigt till deras förbund, VOF:s kansli samt Skogssport och finns på hemsidan i 1 år.

Använd gärna winsplit www.obasen.nu då detta ofta efterfrågas samt Idrott Online.

För rankingmeriterande tävlingar skall resultatlistor sändas enligt anvisningar från SOFT.

Dessutom till följande personer:

VOF Ordförande

TK's ordförande (2 ex) UK's ordförande

Rankingansvarig

Tävlingsrapport (=Bör tas fram samtidigt som resultaten)

Tävlingsrapport skall upprättas och skickas till BK (Sören Johansson) i 2 exemplar senast 10 dagar efter tävlingen tillsammans med resultatlistorna.

Rapporten skall skrivas på formulär "Tävlingsrapport" eller enligt SOFT:s tävlingsadministrativa datasystem. Fakturering av anmälningsavgifter skall inte skickas ut innan Tävlingsrapporten är godkänd av VOF.

Tävlingsregler och PM

SOFT:s gällande tävlingsregler (2007) samt detta PM för tävlingsarrangörer skall finnas tillgängliga på tävlingsplatsen. Svenska Orienteringsförbundets "Tävlingsregler och bestämmelser" som har gällt från 1 januari 2007 till 31 december 2008 har prolangerats att gälla för ytterligare två år.

Beslutet har tagits av förbundsstyrelsen och gäller från 1 januari 2009 till 31 december 2010.

Denna prolangering, tillsammans med övriga dispenser och regeländringar för 2009, finns samlade i dokumentet "[Generella dispenser och regelsupplement 2009](#)".

Observera att aktuella paragrafer i detta dokument gäller före regelboken!

Tävlingsjury

Tävlingsjury skall finnas vid mästerskapstävlingar.

Juryordförande är den av tekniska kommittén utsedda tävlingskontrollanten.

Tävlingskontrollanten utser i samråd med arrangören två ledamöter bland två icke arrangerande föreningar.

Observera att båda könen bör vara representerade.

Ledamöterna skall ha god kännedom om regelverket och ha erfarenhet av tävlingsarrangemang.

Att beakta vid stafetter - ingen uteslutning av lag får ske utan att tävlingsjury och drabbad klubb (lagledning) först kontaktats.

Långtidsplaner

Värmlandsserien

År	Klubb
2010	Åmotfors OK
2011	Säffle OK
2012	OK Tyr
2013	Deje SF
2014	Degerfors OK
2015	OK Mängen
2016	OK Älgen

DM Långdistans

År	Klubb
2010	Säffle OK
2011	OK Jösse
2012	Degerfors OK
2013	OK Grane
2014	Kristinehamns OK
2015	OK Tyr
2016	IK Vikings OK

DM Medeldistans

År	Klubb
2010	Filipstads OK
2011	SISU Forshaga SK
2012	Skattkärrs IF
2013	Kils OK
2014	OK Hierne
2015	Lesjöfors SK/OL
2016	OK Djerf

DM Natt

År	Klubb
2010	Deje SF
2011	Kristinehamns OK
2012	Kroppa IF
2013	IK Vikings OK
2014	OK Mängen
2015	SISU Forshaga SK
2016	Säffle OK

DM Stafett

År	Klubb
2010	OK Mängen
2011	Åmotfors OK
2012	OK Djerf
2013	OK Älgen
2014	OK Jösse
2015	Skattkärrs IF
2016	Deje SF

DM Sprintdistans

År	Klubb
2010	OK Hierne
2011	Deje SF
2012	SK Örnen
2013	Säffle OK
2014	Filipstads OK
2015	Kils OK
2016	Kristinehamns OK

Klasser som kan ha samma bana**SAMMANSTÄLLNING AV BANLÄNGDER, SVÅRIGHETSGRADER OCH KLASSER.**

Banlängderna avser individuell dagtävling och är riktvärden. Verklig banlängd får efter samråd med tävlingskommittén avvika upp till 20 % av riktvärdet.

Vid nattävling bör banlängd vara 80 % av motsvarande banlängd vid dagtävling

Rankingmeriterande klasser bör ha egna banor eller läggas så ingen fördel uppstår.

Svårighet	GRÖN	VIT	GUL	ORANGE	RÖD	VIOLETT	BLÅ	SVART
Längd								
2	Inskolning							
2,5	U1	HD10					D70,D75,D80	
		Ö1						
		U2						
3			HD12	D55Motion			D65,H75,H80	
			U3	Ö4			Ö7	
3,5			Ö2	D14, U4			D50 D55	
				D45Motion			D60	
4.0				H14	D35Motion	D16	H65 H70	D40 D45
					Ö5			
4,5				H55Motion	D20Motion		H60	D18 D20
								D35
5			Ö3		D21Motion	H16		D21 D18Lång
								H55 Ö8
5,5					H45Motion	Ö6		D18Elit D20Lång
								D35Lång H50
6								H45
6,5					H20Motion			D20Elit
					H35Motion			H18 H40
7								H20 H35 Ö9
7,5								D21Elit D21Lång
								H18Elit H18Lång
8					H21Motion			H21
8,5								H35Lång
9								
9,5								
10								H20Elit H20Lång
11								
12								
13								H21Elit H21Lång

Klassindelning för DM

DM-lång, medel och natt.

H-10 (ej natt)	H 55-	D 21-
H-12 (ej natt)	H 60-	D 35-
H-14	H 65-	D 40-
H-16	H 70-	D 45-
H-18	H 75-	D 50-
H-20	H 80-	D 55-
H 21-	D-10 (ej natt)	D 60-
H 35-	D-12 (ej natt)	D 65-
H 40-	D-14	D 70-
H 45-	D-16	D 75-
H 50-	D-18	D 80-
	D-20	

DM-stafett

* H-12	* D-12
* H-14	* D-14-
* H-16	* D-16-
H-20	D-20-
H 21-	D 21--
H 120 (min 35 år)	* D 110 (min 50 år)
* H 130 (min 60 år)	
H 150 (min 45 år)	D 120 (min 35 år)
H 180 (min 55 år)	D 150 (min 45 år)

* Två sträckor

Dubblering är tillåten på sträcka ett i klasserna D/H 12-16. Först växlande löpare måste vara godkänd. Inga krav på "andralöparen".

DM-sprint

H-10	D-10
H-12	D-12
H-14	D-14
H-16	D-16
H-18	D-18
H-20	D-20
H 21-	D 21-
H 35-	D 35-
H 45-	D 45-
H 55-	D 55-
H 65-	D65-
H75-	D75-

Banlängderna motsvarar 15 minuters segrartid på respektive bana.

OBS! Några av ovanstående klasser kan komma att ändras vid VOF's årsmöte den 24/2, då motion har inkommit angående klassindelning vid Stafett DM.

TÄVLINGSPROGRAM 2010 Värmlands OF

Datum	Klubb	Distans	Övrigt	Tävlingsledare	Tävlingskontr.
2/4	OK Tyr	Sprint	Nationell/ Tour de Värmland	Leif Sandahl	Nils Jansson
2/4	Skattkärrs IF	Natt	Nationell/ Tour de Värmland	Mattias Jonsson	Sören Johansson
3/4	Kils OK	Medel	Nationell/ Tour de Värmland	Magnus Nordström	Mary Falkevik-Olsson
4/4	SISU Forshaga SK/Deje SF	Lång	Nationell/ Tour de Värmland	Per Boman	Sören Johansson
5/4	Filipstads OK/Kroppa IF	Lång	Nationell/ Tour de Värmland	Lennart Jansson	Per Martin Svärd
24/4	Degerfors OK	Medel	Nationell/ Lilla VM	Tomas Svennberg	Yngve Johansson
25/4	OK Djerf	Lång	Nationell/ Lilla VM	Tomas Svennberg	Yngve Johansson
9/5	IK Vikings OK	Medel	Nationell/ Lilla VM	Per Martin Svärd	Sören Johansson
13/5	OK Tyr/SK Örnén	SM Sprint	Mästerskap	Owe Olsson	Nils Jansson
15/5	OK Jösse	Lång	Nationell/Eli tserien/Lilla VM	Stig Carlsson	Örjan Beckius
16/5	OK Jösse	Medel	Nationell/ Juniorcup	Stig Carlsson	Örjan Beckius
5/6	OK Hierne	Sprint DM	Mästerskap/Li lla VM	Andreas Blomgren	Magnus Nordström
3-4/7	OK Hierne/ Åmotfors OK	Lång	Nationell tvådagars	Mathias Axelsson	Magnus Nordström
14/8	Västmanland	Lång	SvM		
15/8	Lesjöfors SK OL	Lång	Nationell/ Lilla VM	Björn Persson	Per-Martin Svärd
22/8	Åmotfors OK	Lång	Distrikt/ Värmlandsse rien	Jan-Olov Karlsson	Hans Lidén
28-29/8	SK Örnén/OK Tyr	SM lång	Mästerskap	Hans Lövgren	Kjell Johansson
10/9	Deje SF	Natt DM	Mästerskap	Per Boman	Sören Johansson
12/9	Säffle OK	Lång DM	Mästerskap	Hans Kringstad	Örjan Beckius
18/9	Filipstads OK	Medel DM	Mästerskap	Lennart Jansson	Sören Johansson
19/9	OK Mangen	Stafett DM	Mästerskap	Mary Falkevik-Olsson	Magnus Nordström
25/9	Kils OK	Medel	Nationell/ Lilla VM final	Britt-Marie Lundqvist	Nils Jansson
26/9	Kristinehamns OK	Lång	Nationell	Yngve Johansson	Örjan Beckius



ANSÖKAN OM TILLSTÅND FÖR ORIENTERINGSTÄVLING 2011

Förening**Önskemål om tävlingsdag - ange flera alternativ**

	Alt 1	Alt 2	Alt 3	Alt 4
--	-------	-------	-------	-------

Funktionärer

Tävlingsledare, namn		Ansvarig banläggare, namn		
Adress		Adress	Banläggarkort	
Postadress	Telefon+riktnr.	Postadress	Telefon+riktnr.	
E-post		Föreslagen bankrollant		

Tillstånd sökes för

<input type="checkbox"/> SM	<input type="checkbox"/> USM	<input type="checkbox"/> DM	Tillstånd av SOFT <input type="checkbox"/> Övrigt Mästerskap	<input type="checkbox"/> Elitserie	<input type="checkbox"/> Nationell	TILLSTÅND AV OF <input type="checkbox"/> Distrikt	<input type="checkbox"/> Lokal
-----------------------------	------------------------------	-----------------------------	---	------------------------------------	------------------------------------	--	--------------------------------

Tävlingsform**Tävlingsdistans****Tidpunkt**

<input type="checkbox"/> Individuell	<input type="checkbox"/> Budkavle	<input type="checkbox"/> Pre-O	<input type="checkbox"/> Annat	<input type="checkbox"/> Sprint	<input type="checkbox"/> Medel	<input type="checkbox"/> Lång	<input type="checkbox"/> Ultralång	<input type="checkbox"/> Dag	<input type="checkbox"/> Natt
--------------------------------------	-----------------------------------	--------------------------------	--------------------------------	---------------------------------	--------------------------------	-------------------------------	------------------------------------	------------------------------	-------------------------------

Klasser

<input type="checkbox"/> Öppna klasser (Ö)	<input type="checkbox"/> Motions-/Lättklasser (M)	<input type="checkbox"/> Huvudklasser, normal (H)	<input type="checkbox"/> Huvudklasser, lång (H*)	<input type="checkbox"/> Elitklasser (E)
--	---	---	--	--

Kartbeskrivning

Färdig karta, kartans namn och nummer	Godkänd datum	Skala
Karta under produktion, områdets läge	Provtryck klart datum	Ekvidistans

Samråd

Tillstånd erhållet för TC, parkering, startplatser av berörda markägare.	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nej	Övriga samråd enligt SOFT:s Regler och Bestämmelser klara.	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nej
--	---	--	---

Mästerskap

Kontaktperson	Adress	Telefon+riktnr.
---------------	--------	-----------------

Uppgifter i tävlingsprogrammet

Datum	Arrangör	Distrikt	Tävlingsform, tidpunkt, distans, typ (medel, flerdagars, natt)	Klasser (Ö, M, H, H*, E)
Kontaktperson		Telefon+riktnr.		

1 Blekinge, 2 Bohuslän/Dal, 3 Dalarna, 4 Gotland, 5 Gästrikland, 6 Göteborg, 7 Halland, 8 Hälsingland, 9 Jämtland/Härjedalen, 10 Medelpad, 11 Norrbotten, 12 Örebro Län, 13 Skåne, 14 Småland, 15 Stockholm, 16 Södermanland, 17 Uppland, 18 Värmland, 19 Västerbotten, 20 Västergötland, 21 Västmanland, 22 Ångermanland, 23 Östergötland

Ordförande, namn och telefon**Underskrift**

--	--

Komplett ifylld ansökan lämnas till OF. Till ansökan bifogas karta samt övriga uppgifter som kan vara av värde för tävlingsplaneringen

OF:s noteringar

Tävlingskontrollant, namn adress och telefon+riktnr.
--

Förslag till tävlingsdag

Bankrollant, namn, adress och telefon+riktnr.

Underskrift OF
Datum
Namn

Förbehåll/kompletteringar

Bestämmelser kring förhandlings- och försäljningsrätt av direkt- eller efterhandssändning i TV, radio, film eller video finns beskrivet i tävlingsreglerna, ÖB 52

Värmlands Orienteringsförbund

Box 10
651 02 KARLSTAD

Tfn: 010-476 47 76
Fax: 010-476 47 99
E-post: monika.wikstrom@varmland.rf.se
Hemsida: www.orientering.se/varmland



Förenklad Tävlingsrapport—Värmland 2010

Denna blankett används för att redovisa närtävlingar, kretstävlingar och liknande arrangemang.

Vid arrangemang som sanktionerats av Värmlands OF ska SOFT's Tävlingsrapport användas!

Arrangör: _____

Tävlingens namn: _____

Datum: 2010-____-____

Antal anmälda t.o.m. 16 år: _____

Antal anmälda över 16 år: _____

Totalt antal anmälda: _____

Skickas till:

Sören Johansson
Toreliusgatan 18
667 30 FORSHAGA
Tfn: 054-87 14 01

Skicka gärna med en resultatlista!

Denna blankett finns även att ladda hem från VOF's hemsida i word- och pdf-format!

Ungdomslathund för hjälp till arrangörer av OL-tävlingar

Denna lathund har till syfte att underlätta för arrangören, ungdomsledarna och givetvis de ungdomar som förhoppningsvis skall börja och fortsätta med vår inte helt okomplicerade härliga sport Orientering. Lathunden är ett komplement till "PM för arrangörer" och finns där med som bilaga.

För ungdomsledare är det viktigt att veta att banornas svårighetsnivå följer de regler som finns, så att man tryggt kan skicka iväg ungdomarna på rätt bana. Som nog de flesta vet så kan det räcka med att någon kommer fel och blir rädd, för att de inte längre vill hålla på med vår sport. Det minsta vi som arrangörer kan göra är ju givetvis att säkerställa att det i alla fall inte skall bero på att det är fel på svårighetsnivån eller några tveksamma stigar o.s.v.

De önskemål och krav som sammanställts här kan säkert verka självklara för många, men samtliga punkter har på ett eller annat sätt saknats eller brustit under tidigare år.

Vi hoppas att ni kommer att använda denna lathund som hjälp och checklista under er planering och genomförande av kommande tävlingar. Kopiera gärna denna och dela ut till berörda funktionärer.

/Ungdomskommittén, Värmlands Orienteringsförbund.

- **Välj lämplig plats för ARENA efter vart det går att lägga bra ungdomsbanor.**

Kontrollera innan banläggningen börjar om det finns lämpliga stråk för ungdomsbanor. ARENA kanske inte kan vara på den för ögat vackraste platsen.

- **Rätt nivå på banorna.**

Viktigt att svårighetsnivåerna ligger så rätt som möjligt. Ingen kontroll får vara för svår för respektive klass. Det är då bättre med en enklare "transport" enstaka sträckor.

- **Kontrollera att det inte finns några "tveksamma" stigar m.m. som berör ungdomsbanorna.**

Det är mycket svårt för de yngsta att avgöra om en stig är med på kartan eller inte, när det gäller de berömda "gränsfallen". Om man är i ett område där det finns tveksamma stigar så är det bra om man gör dom som är med på kartan lite tydligare och de som inte är med på kartan lite diffusare. Detta kan enkelt göras med att rensa upp lite sly vid stigkors som är med och dra över lite grenar där stigen inte är med på kartan. Snitsling är ett bra sätt att förtydliga dåliga stigar. Tänk på att snitslingen är för barn. Sätt dom i barnens ögon höjd (inte 2 meter upp) och börja snitslingen vid t.ex. stigkorset inte 10 meter in på stigen. Sammanfattningsvis under denna punkt kan man säga att: Lägg banorna efter verkligheten, inte bara efter kartan. Leta möjliga punkter till förvirring och minimera risken att de unga blir osäkra pga. tveksamheter mellan karta och verklighet.

- **Ta hjälp av ungdomsledarna i klubben för att lämna synpunkter på banorna innan de är "spikade".**

Bra om banläggaren har en dialog med ungdomsledarna i klubben när banorna läggs.

- **Provgå (spring) ungdomsbanorna tillsammans med klubbens ungdomar.**

Att följa kartan när ögonen sitter på 100cm över marken är inte samma som när dom sitter på 180cm d.v.s. ungdomarna ser inte samma sak som dom vuxna.

- **Rätt svårighetsnivå på Utvecklingsbanorna.**

U banornas (betyder Utvecklingsbanor inte Ungdomsbanor som vissa tror) svårighetsnivå hamnar ibland fel. Ofta används de ordinarie klassernas banor och det är givetvis okej, men då måste man para ihop de med rätt banor.

- **Sträva efter att ungdomsbanorna skall "fortsätta rakt fram" efter startpunkten.**

Det händer att de flesta klasser vid en start har sin utlöpning rakt fram och de kortaste banorna skall svänga av direkt vid startpunkten. Detta gör att många osäkra och stressade ungdomar "drar" iväg åt fel håll. Det bästa är om de yngsta har en stig eller väg att fortsätta framåt på efter startpunkten. Tänk på att nya "stigar" kan bildas vid startpunkten då andra banor lämnar ledstången vid startpunkten eller i anslutning till den.

- **Ange hur lång tid det tar att gå till start. Inte bara hur långt det är.**

Det finns många unga som inte har riktig koll på hur lång tid en viss sträcka tar att gå. Många går därför för tidigt till start för att inte komma för sent, och står där och trampar och blir nervösa. Även föräldrar som inte tidigare orienterat kan på detta sätt hjälpa sina ungdomar att ge sig i väg i "rätt" tid. Om det är svårt att ange tid så bör man i alla fall ange en terrängbeskrivning.

- **Utforma starten efter gällande regler.**

Skisser finns på SOFT:s hemsida. Det är viktigt att starterna är rätt (och lika) utformade så att ungdomarna känner igen sig och vet hur de skall göra vid start. Utbilda (informera) hela startpersonalen om hur hela starten fungerar (speciellt om man har hjälp av personer som normalt inte är med och tävlar). Speciellt de som står vid insläppet kommer att få frågor om startstämpling eller inte, när man får ta kartan o.s.v. (även vuxna frågor)

- **Anslå angivelser för I-U och 10 klasserna vid start.**

- **Skuggkartor för ledare och föräldrar på inskolning och U-banorna.**

Vid skuggning av nybörjare är det viktigt att man har möjligheten att ligga en bit efter och ändå kunna se att den man skuggar springer rätt. Det är viktigt att bara kunna "störa" när man verkligen behöver korrigera någon. Det räcker bra med svartvita kopior med banan på.

- **Ha en person som står vid startpunkten som kan hjälpa ev. stressade och osäkra ungdomar.**

- **Kvalitén på prisutdelningarna.**

Prisutdelningen för ungdomar borde kunna höjas upp ett snäpp. Prisutdelningarna idag tenderar till att bli en enkel procedur där priserna så snabbt som möjligt skall spridas ut utan något mer runt detta. För många ungdomar är prisutdelningen en riktig höjdpunkt när man kan få höra sitt namn ropas upp. Att t.ex. anlita speakern vid prisutdelningen brukar höja kvalitén betydligt. Sådana här småsaker höjer upp den totala upplevelsen av sporten, speciellt de första åren som ungdomarna tävlar. Att som nybörjare vara med på sin första tävling och får gå fram och få ett pris är för många ganska stort.