

Värmlands Orienteringsförbund



**PM för
orienteringsarrangörer i
Värmland säsongen 2022**
Utgivare: Tävlingskommittén

2022

VÄRMLANDS ORIENTERINGSFÖRBUND

Tävlingskommittén (T K)

Organisation		<u>Tfn bostad</u>	<u>Mobil</u>
Ordförande / Bankkonsulent (BK)	Sören Johansson	tfn 054-87 14 01 E-mail soren45@hotmail.com	070-695 89 76
Tekniska gruppen	Per-Martin Svärd	tfn E-mail pm.svard@telia.com	070-534 61 28
	Magnus Nordström	tfn E-mail m.nordstrom69@gmail.com	070-647 01 69
	Örjan Beckius	tfn E-mail orjan.beckius@teliacompany.com	070-634 19 33
	Ann-Sofie Hultsved	E-mail annsofie.hultsved@gmail.com	070-627 97 98
Data	Håkan Lindberg	tfn E-mail hakan.lindberg@posthem.se	070-276 01 39
Kartansvarig	Jonny Noreklint	tfn E-mail jonny.noreklint@gmail.com	070-6852220

Sändlista: Värmlands tävlingsledare år 2022 och klubbadressen

Kopia till: VOF:s styrelse, Tävlingskommitté och Ungdomskommitté

PM för Orienteringsarrangörer finns också på VOF:s hemsida

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

Innehåll

Mål	4
Grund	4
Tävlingsområde	4
Arenan	4
Startplatsen	4
Inbjudan	5
Terrängbeskrivning	5
Klassindelning, svårighetsnivåer, segrartider och banlängder OL.....	5
Banläggning	5
Kartan	5
Starttid för tävlingen.....	6
Räddningstjänst.....	6
Anmälningstider	6
Anmälningssavgifter: TR 4.12 och TA 14.12	6
Lottning	6
Startlista & PM.....	6
Angivelser	6
Snitselfärger	7
Vätskekontroller	7
Startmellanrum	7
Parkering.....	7
Starten	7
Målet.....	7
Datastöd.....	7
Prisutdelning.....	7
Priser	7
Press och radio.....	8
Internet via VOF:s och egen hemsida.....	8
Resultatgivning på Arenan	8
Resultatlista.....	8
Tävlingsrapport (=Bör tas fram samtidigt som resultaten).....	8
Tävlingsregler och PM.....	8
Tävlingsjury	9
Långtidsplaner	9
Värmlandsserien Värmlandslägre (Ungdomskommittén).....	9
DM Långdistans	9
DM Medeldistans	9
DM Natt.....	9
DM Stafett	9
DM Sprintdistans.....	9
Klassindelning för DM.....	10
DM-lång, medel och natt	10
DM-stafett	10
DM-sprint	10
TÄVLINGSPROGRAM 2022 Värmlands OF.....	11
Ungdomslathund för hjälp till arrangörer av OL-tävlingar.....	12
Regler Lilla VM	13
Regler och riktlinjer för Lilla VM.....	13
Poängberäkning i klasserna HD12, HD14 och HD16 i deltävlingarna.....	14
Final i klasserna HD12, HD14 och HD16	14
Priser	14
Riktlinjer för arrangörer	14

TÄVLINGSANSÖKNINGAR

Ansökan skall göras via Eventor. Nationella tävlingar och mästerskapstävlingar för 2023 skall ansökas **senast 31/3 2022**. Distriktstävlingar 2023 skall ansökas **senast 15 maj 2022!** Vid frågor, eller problem med Eventor, kontakta VOF:s Tävlingskommitté, Sören Johansson, tfn: 054-87 14 01, 070-695 89 76 eller e-post: soren45@hotmail.com Ansökan värdetävlingar som till exempel SM, USM, Swedish League skall ske **senast 31/3, 2-4 år före tävlingsåret**

PM FÖR ORIENTERINGSARRANGÖRER ÅR 2022

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 finns på SOFT:s hemsida under Arrangemang, <http://www.svenskorientering.se/Arrangera/>

Böckerna som finns om Arrangemang, säljs av Butiken, tfn: 010-476 53 63 Agneta Deckner alt. 040-660 66 69 Holmbergs i Malmö. www.svenskorientering.se/Butik

Tävlingar kan med fördel planeras och förbättras om tävlingsfunktionärer utbildas i t.ex. studiecirkel, kontakta RF-SISU Värmland, tfn: 010-476 47 00 (växel).

För precisionsorientering gäller SOFT:s "Tävlingsregler – Precisionsorientering, Mtb-O och Skid-O". Se SOFT's hemsida: www.svenskorientering.se

Kontaktperson för Pre-O är Ann-Sofie Hultsved, tfn: 070-627 97 98, e-post: annsofie.hultsved@gmail.com

Kontaktperson för Mtb-O är Lars Ola Westerlund, tfn: 073-656 64 69,

e-post: lars-ola.westerlund@natureskyddsforeningen.se

Kontaktperson för Skid-O är Marie Lindblad, tfn: 070-206 13 46, e-post: marie7@telia.com

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, supportere, 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, såsom handhygien på toaletterna". **Dusch skall finnas på nationell (2) och Distriktsnivå (3).** Undantag kan göras men då måste alternativ anges inom rimligt avstånd och kostnadsfritt. Se TA 14.3.

Startplatsen

Det viktiga vid valet av startplats är att få bra kvalitet på banorna. Om möjligt kan man förlägga starten för de yngsta klasserna i anslutning till arenan.

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

Glöm ej att det skall vara omagnetiska häftklamrar.

Vid startplatsen skall finnas kartor (svart/vita) till eventuell "skugga" i inskolning = Grön/mycket lätt. Kartan i startögonblicket för DH 18 och äldre, vid sprint även DH 16, se TR 5.5.11 och TA 14.12.

Inbjudan

Exempel på inbjudan, [se SOFT-anvisningar](#) TA 14.13.

Banlängder skall vara med i inbjudan, om inte, ska det stå på hemsidan 14 dagar innan tävling.

Alla avgifter som kommer att tas ut skall anges i inbjudan. Se TA 14.12.

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 som PDF-fil. Inbjudan laddas också upp i Eventor.

Inbjudan i originalformat utsänds av VOF till SOFT, OF-kanslierna och de närmaste norska kretsarna, VOF:s föreningar, VOF:s styrelse, tävlings- och ungdomskommitténs ledamöter via mail. Önskas pappersinbjudan, kontakta VOF's kansli.

Stoppdatum för vårens tävlingar är 1/2 (utsänds 15/2) och höstens tävlingar 1/5 (utsänds 17/5)

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

Annons kan insättas i Skogssport.

Terrängbeskrivning

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

Klassindelning, svårighetsnivåer, segrartider och banlängder OL

Se stöddokument:

[Orienteringslöpning](#)

[Mountainbikeorientering](#)

[Skidorientering](#)

Stafetter:

Spridningsmetod godkänd av SOFT skall användas vid mästerskapstävling i klasserna HD 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.

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.

Mer om banläggning se Nya Banläggarboken (2016).

Kartan

Tävlingskartan måste för nationell tävling vara godkänd av distriktets kartkommitté och

ha SOFT:s godkännandemärke. Vid nivå 1 skall även godkännas av SOFT. Den sanktionerade kartan skall användas. (Se PM för värmländsk kartproduktion) Avsteg från kartnormen och andra avvikelser skall anges i PM liksom rek. och framställningsår.

Kartskalan 1:15 000 bör användas av DH 18 – 21 vid långdistanstävling. Dock får 1: 10 000

användas förutom vid tävling med Elitklass (1 & 2). Möjligheten finns då att söka dispens vid detaljerad terräng. Från och med 2020-01-01 ska klasserna HD 10–14, HD 45 och uppåt samt alla Öppna (utom längsta öppna) ha skalan 1:7 500. Övriga klasser ska ha 1:10 000. Se nya klassindelningen.

På tävlingskartans baksida skall klass anges.

Förändringar i terrängen, väsentliga för orienteringen, skall tryckas på kartan i samma färg som banpåtrycket. Vid digitalt tryck – använd färgutskriften på rätt papper, se Kart PM 2021. Hyggesgränser ”punktas” och ett eller flera H sätts innanför markeringen. Används digitalt tryck skall skrivare och tryckare vara certifierade av SOFT.

Starttid för tävlingen

Första starttid mellan 10.00 och 11.00 rekommenderas för individuell dagtävling. En tidigareläggning av starten på 30 minuter för till exempel 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 och ange koordinater!

Tips: Ladda ner 112-appen! Med hjälp av 112-appen kan du automatiskt skicka din position till SOS Alarm, vilket gör det lättare för hjälpen att snabbt komma fram till rätt plats. Appen är gratis och kan laddas ner för iPhone och Android i App Store och på Google Play.

Anmälningstider

Senaste anmälningstidpunkt för helgtävlingar är tidigast söndag kl. 23.59 helgen före. Övriga tävlingar en vecka före. TA 14.14. Efteranmälan senast onsdag kl. 23.59.

Om särskilda skäl föreligger kan man söka dispens hos OF för tidigare anmälan.

Öppna-, Inskolning = Grön, Mycket lätt och HD10 – klasser skall kunna anmäla sig tävlingsdagen.

Arrangören avgör om föranmälan skall förekomma i öppna klasser. Ingen efteranmälningsavgift uttas i dessa klasser. Anmälan i klasserna HD12-16 kan ske tävlingsdagen med ett begränsat antal vakansplatser OM arrangören anger detta i inbjudan. Efteranmälningsavgift uttages då.

Miniknat bör erbjudas hela dagen.

Anmälningsavgifter: TR 4.12 och TA 14.12

Avgifter för 2019 och tills vidare:

Tävlingstyp	Avgift Ungdom	Avgift Vuxen	Avgift Elit
Nationell	65–80 kr	110–150 kr	170–200 kr
Distrikt	60 kr eller lägre	120 kr eller lägre	160 kr eller lägre
Närtävling	40 kr eller lägre	80 kr eller lägre	-

Tilläggsavgift vid efteranmälan: 50 % av ordinarie avgift. **OBS! Finns ej dusch vid Arenan är högsta anmälningsavgift 65 kr/ungdom och 110 kr/vuxen.**

Lottning

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

Därefter i tur och ordning efter beräknad löptid. **OBS! Ej tillåtet att saxa klasser!**

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

Startlista & PM

Startlista och PM laddas upp i Eventor. Komplet startlista anslås tävlingsdagen vid Arenan.

Tävlings PM skall granskas av Tävlingskontrollanten före utskick/publicering.

Kom ihåg att ta med i PM om att heltäckande klädsel gäller.

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 och HD 10 (Gröna och Vita banor). Om möjligt, finns önskan om att nämnda klasser har angivelsen tryckt på kartan.

Snitsfärger

Start	Startpunkt	röd/vit
Parkering	Arena	vit/lila
ARENA	Start 1	orange/vit
ARENA	Start 2	orange/blå
ARENA	Start 3	orange/gul
Efter banan	Dag	vit/röd
Efter banan	Natt	vit
Förbud/varning		gul/blå
Markering av ledstänger		vit

Vätskekontroller

Vätskekontroller skall finnas i klasser som beräknas få en segrartid som överstiger 50 min. Vid varm väderlek bör vätska finnas även vid eller på väg till start.

Startmellanrum

Startmellanrum skall vara minst 2 minuter, se TA 15.2.

Klasser (särskilt äldre) med få deltagare skall ha lämpligt startdjup, större än 2 minuter.

Parkering

Vid parkering kan eventuellt tillstånd behövas enligt Terrängkörningslagen. Tillståndet söks via Länsstyrelsen. Kontakta Jonny Noreklint 070-685 22 20, jonny.noreklint@gmail.com

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 ska erbjudas fri starttid via startstämplingsmetoden. Startpersonalen är ansvarig för att deltagarna har heltäckande klädsel.

Målet

Det skall vid elektronisk stämpling vara tydlig markering mellan målstämpling och avläsning. Detta för att undvika missad avläsning. Kom ihåg att ha måldomare vid stafett eller individuell tävling med gemensam start!

Datastöd

Programvara för tävlingsadministration OLA/MEOS finns på Eventor. 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 (OK Djerf), mobil: 070-276 01 39.

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 huvudklasser (HD 21) och ungdomsklasser med priser till alla upp till och med DH 14 samt att priserna ska ha samma ekonomiska värde i dam- respektive herrklass.

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.

För pressadresser m.m. om media kontakta VOF:s kansli eller VOF:s hemsida på Internet. Se även PM PR/PRESS. Hänvisa till Eventor som har funktion för pressresultat. **Beakta dock vid DM, då deltagare från andra distrikt måste tas bort innan färdig presslista!**

Internet via VOF:s och egen hemsida

VOF:s hemsida sköts av kansliet och adressen är www.svenskororientering.se/varmland

E-postadressen är: monika.wikstrom@ihvarmland.se

Lägg in era arrangemang i Eventor, under närtävling, såsom tränings-OL, Motionsorientering, teknikträning etc. VOF kan då lägga in dem i kalendern på VOF's hemsida så att alla kan se och delta i hela Värmland om de vill!

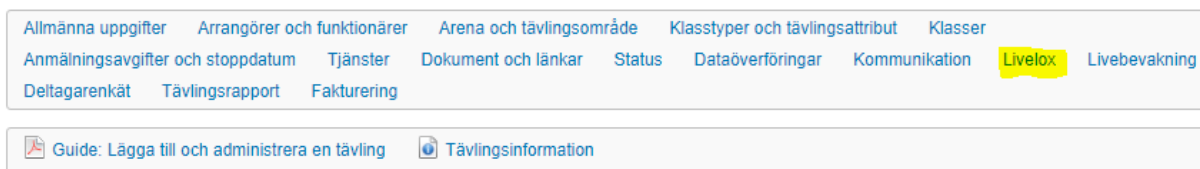
Resultatgivning på Arenan

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

Använd <https://liveresultat.orientering.se/> för att publicera resultat direkt på internet. Registrera tävlingen <http://liveresultat.orientering.se/adm/admincompetitions.php>, notera CompetitionID. se instruktion i tävlingsprogrammet Ni använder hur man laddar upp.

Livelox

Lägg till tävling i Livelox gör man i Eventor (Arrangemang - Kubbens tävlingar – ”aktuell tävling”)



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. Tävlade som brutit, felstämplat, diskvalificerats eller ej startat skall tas med sist i resultatlistan. Ladda upp resultaten i Eventor! **OBS! Resultat vid DM tävling med deltagare från andra distrikt skall dessa särskiljas, se TA 15.8. Särskilt viktigt till pressen.**

Komplett resultatlista finns på Eventor.

Tävlingsrapport (=Bör tas fram samtidigt som resultaten)

Tävlingsrapport skall upprättas och tillsammans med resultatlistorna införas i Eventor senast 10 dagar efter tävlingen.

Tävlingsregler och PM

SOFT:s gällande tävlingsregler samt detta PM för tävlingsarrangörer skall finnas tillgängliga på tävlingsplatsen.

Anvisningar som är komplement till SOFT's tävlingsregler finns på: [Tävlingsregler och anvisningar \(svenskororientering.se\)](http://svenskororientering.se)

Tävlingsjury

Tävlingsjury skall finnas vid alla Nationella- och mästerskapstävlingar. Tävlingskontrollanten utser, i samråd med arrangören, tre stycken ledamöter till juryn bland anmälda deltagare från minst två icke arrangerande föreningar. Observera att båda könen ska 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. **Juryn skall uppmanas läsa TA 18.**

Långtidsplaner

Värmlandsserien

År	Klubb	År	Klubb
2022	OK Tyr	2022	OK Djerf/Degerfors OK
2023	SISU Forshaga SK	2023	OK Jösse/OK Mangan
2024	IK Vikings OK	2024	IK Viking/OK Fryksdalen
2025	Kristinehamns OK	2025	Kils OK
		2026	Deje SF/SISU Forshaga SK
		2027	Kristinehamns OK/Skattkärrs SOK
		2028	Kroppa IF/Filipstads OK
		2029	OK Älgen/Säffle OK
		2030	OK Hierne/Ärjängs OK/Ämotfors OK

Värmlandslägret (Ungdomskommittén)

DM Långdistans

År	Klubb
2022	Skattkärrs SOK
2023	OK Djerf
2024	Filipstads OK
2025	OK Mangan

DM Medeldistans

År	Klubb
2022	OK Hierne
2023	OK Jösse
2024	Säffle OK
2025	OK Älgen

DM Nat

År	Klubb
2022	Deje SF
2023	Degerfors OK
2024	Kristinehamns OK
2025	OK Hierne

DM Stafett

År	Klubb
2022	OK Mangan
2023	OK Fryksdalen
2024	Kils OK
2025	Degerfors OK

DM Sprintdistans

År	Klubb
2022	Degerfors OK
2023	Kils OK
2024	OK Älgen
2025	Skattkärrs SOK

Klassindelning för DM

DM-lång, medel och natt.

H-10	H 60-	D 21-
H-12	H 65-	D 35-
H-14	H 70-	D 40-
H-16	H 75-	D 45-
H-18	H 80-	D 50-
H-20	H 85-	D 55-
H 21-	D-10	D 60-
H 35-	D-12	D 65-
H 40-	D-14	D 70-
H 45-	D-16	D 75-
H 50-	D-18	D 80-
H 55-	D-20	D 85-

DM-stafett

^ x * H-12	^ x * D-12
x * H-14	x * D-14-
x * H-16	x * D-16-
* H-20	* D-20-
H 21-	D 21-
H 40	D 40
H 50	D 50
* H 60	* D 60
* DH 70	

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

^Första sträckan i HD 12 läggs enligt vit svårighet (kommande beteckning mycket lätt), däremot är det fritt för ungdomar upp till och med 12 år att springa sträckan. Det ska även gå att dubblera på denna sträcka precis som förut. Den andra sträckan blir som förut gul och utan möjlighet till dubblering.

* Två sträckor

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-
H85-	D 85-

Banlängderna motsvarar 15 minuters segrartid på respektive bana.

TÄVLINGSPROGRAM 2022 Värmlands OF

Datum	Klubb	Distans	Övrigt	Tävlingsledare	Tävlingskontrollant
17/4	OK Djerf	Lång	Boforsloppet	Viktoria Lindberg	Per-Martin Svärd
18/4	Degerfors OK	Medel	Letälvssträffen/Lilla VM	Viktoria Lindberg	Per-Martin Svärd
21/5	IK Vikings OK	Medel	Vikingträffen/Lilla VM	Anders Alamaa	Sören Johansson
22/5	Filipstads OK	Medel	Filipstadsträffen	Solweig Karlsson	Håkan Lindberg
29/5	Degerfors OK	Sprint	DM Sprint/Lilla VM	Patrik Nylén	Magnus Nordström
2-3/7	OK Hierne/Åmotfors OK	Lång/Medel	Morokulien 2-dagars	Erik Sundbäck	Ann-Sofie Hultsved
20/8	Kristinehamn OK	Medel	Kristinehamnsmedel	Ingemar Ziljat	Örjan Beckius
21/8	Kils OK	Lång	Lilla VM	Tina Westlund	Ann-Sofie Hultsved
27/8	IK Vikings OK	Lång	Klarälvs kavlen	Leif Skymberg	Håkan Lindberg
28/8	OK Tyr	Lång	Värmlandsserien	Kirsty McIntyre	Sören Johansson
3/9	OK Hierne	Medel	DM Medel	Mathias Axelsson	Magnus Nordström
4/9	OK Mangan	Stafett	DM Stafett	Emilia Carlman	Per-Martin Svärd
17/9	Kroppa IF	Medel	Kroppaorienteringen	Andreas Böhlert Kruse	Håkan Lindberg
23/9	Deje SF/SISU Forshaga SK	Natt	DM Natt/Lilla VM	Lisbeth Rohdin	Örjan Beckius
24/9	OK Tyr	Medel	Värmlandstrippeln/ Lilla VM-final	Lars-Håkan Bengtsson/Lars Olsson	Håkan Lindberg
25/9	Skattkärrs SOK	Lång	Värmlandstrippeln/ DM Lång	Markus Johnsson	Sören Johansson
22/10	Kristinehamn OK	Pre-O	Öppet DM	Johanna Forslund	Jonny Noreklint
23/10	Kristinehamn OK	Pre-O	Kristinehamn PreO	Johanna Forslund	Jonny Noreklint
5/11	OK Tyr	Ultralång	Lången	Mattias Persson	Sören Johansson
6/11	OK Tyr	Medel	Korten	Mattias Persson	Sören Johansson

Bilaga 2**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 "gränfallen". Om man är i ett område där det finns tveksamma stigar så är det bra om man gör de 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 stigmors som är med och dra över lite grenar där stigen inte är med på kartan. Snitsning är ett bra sätt att förtydliga dåliga stigar. Tänk på att snitsningen är för barn. Sätt dem i barnens ögonhöjd (inte 2 meter upp) och börja snitsningen vid t.ex. stigmors 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 de sitter på 180cm d.v.s. ungdomarna ser inte samma sak som de 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 utlöppning 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 inläppet kommer att få frågor om startstämpling eller inte, när man får ta kartan o.s.v. (även vuxna frågor)

- **Anslå angivelser för Inskolning = Grön, mycket lätt 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. Skuggningskartorna ska vara i färg.

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

- **Kvalitén på prisutdelningarna.**

För många ungdomar är prisutdelningen en riktig höjdpunkt när man kan få höra sitt namn ropas upp. Alla ungdomar upp till och med 14 år rekommenderas att få pris. Högtalare och speaker ska ropa upp alla som får pris. 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 få gå fram och få ett pris är för många ganska stort. Lyft fram kortklasserna och prioritera dem före huvudklasserna.

Regler Lilla VM

Regler och riktlinjer för Lilla VM

Lilla-VM är en tävlingsserie för ungdomar i Värmland som genomförs med deltävlingar och en final. Arrangörer ansöker inför varje säsong till Tävlingskommittén om att få en Lilla-VM deltävling eller final med motivering. Det är Ungdomskommittén som avgör vilka arrangörer och datum som blir aktuella.

Poängberäkning i klasserna HD12, HD14 och HD16 i deltävlingarna

Placering 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 osv.

Poäng 12 10 8 7 6 5 4 3 2 1 1

Final i klasserna HD12, HD14 och HD16

Finalen genomförs med jaktstart för HD14 och HD16.

Inför finalen räknas startordningen fram genom att lägga samman poängen från de 3 bästa tävlingarna av 5 möjliga.

- Löpare med mest poäng startar först i varje klass. Varje poäng mindre än ledaren ger 30 sekunders startmellanrum. (ex: löpare med 4 p mindre startar 2 min efter ledaren som startar först).
- 20 minuter efter första start startas kvarvarande löpare genom minutstart.
- Löpare utan poäng startar sist i minutstart.
- Löpare som startat i minutstart kan inte placera sig före löpare som startat i jaktstart.
- För att få ett slutresultat måste man delta vid Lilla VM finalen.

Priser

Priser till de tre första i varje klass i finalen.

I övrigt gäller SOFT:s tävlingsregler

Riktlinjer för arrangörer

Ungdomskommittén har satt upp följande riktlinjer för de som arrangerar Lilla-VM:

Deltagande i egen tävling?

SOFT:s Tävlingsregler säger:

6.2.4 Tävlände som har sådan kännedom om ett tävlingsområde att han eller hon kan anses ha fördel av detta, får inte delta i tävlingsklasser vid tävlingar på nivåerna 1, 2 och 3 inom området. Förbudet gäller också rankingmeriterande klasser vid tävling på nivå 4.

VOF's Ungdomskommitté kan inte avgöra hur väl arrangörsklubbens ungdomar känner till terrängen, därmed överläts det till arrangören att avgöra om ungdomarna känner till terrängen eller inte.

Ungdomskommittén rekommenderar arrangören, framför allt av finalen, att lägga tävlingen på en karta/område där alla kan springa på lika villkor.

Uppföljning?

Använd gärna nummerlappar på samtliga HD12-HD16 klasser. Ledarvästar tas bort fr o m 2019. Sen start för Lilla VM-klasser för att öka uppmärksamheten på Arenan. **Rak bana för HD12 vid masstart. Ingen jaktstart för HD12 enligt SOFT's nya riktlinjer.**

Se till att speakern har bra stöd och info om ställningen inför och under tävlingen och kan lyfta fram att det är en ungdomstävling som pågår.

Dessutom ser vi hellre en förvarning än en radiokontroll. Även anvisad plats för varvnings-/publikkontroll eller en bra "fotokontroll" i skogen är uppskattat för att lyfta uppmärksamheten kring ungdomarnas tävlände.

Priser/Prisutdelning?

VOF UK ordnar medaljer och priser till de tre första i klasserna HD12, HD14 och HD16 i finalen.

Prisceremonin bör ske på prispall i en Lilla-VM tävling, detta för att höja uppmärksamheten kring Lilla VM. ALLA startande ungdomar ska bli uppropade och få komma fram, börja nerifrån i resultatlistan och gå uppåt. Låt alla stå kvar och bli applåderade tills alla fått sitt pris.

Priserna i Herrklass och Damklass skall vara av samma värde. Priserna kan som exempel bestå av presentcheckar på en sportaffär eller motsvarande. 200 kr till segraren, 150 kr till tvåan och 100 kr till trean.

På finalen räcker det att dela ut priser till slutresultaten i Lilla-VM för klasser med jaktstart. Resterande ungdomsklasser utanför Lilla VM bör ha prisceremoni för den enskilda tävlingen. Samtliga deltagande ungdomar bör uppmärksammas och få priser.

Nytt från och med 2014

Enligt krav från Värmlands Idrottsförbund utgår HD10 från Lilla VM (se VOF-nyheter 2014-01-27). Därmed utgår även U-klasser och Inskolning från Lilla VM. HD10 ska springa utan nummerlappar och ha en prisceremoni utan "Lilla VM-prispall".