



Manual

Uppdaterad efter 2025 års tävling

Version 1:5

2025-10-15

Ändringar i version 1:5 är markerade med gult

Innehållsförteckning

Innehållsförteckning.....	2
1. Allmänt	4
1.1. Betydelse	4
1.2. Tävlingsstidpunkt	4
1.3. Turordning	4
1.4. Anmälningavgifter.....	4
1.5. Dropbox	4
1.6. Utvärderingsmöte	5
2. Marknadsföring	5
2.1. Annonsering	5
2.2. Hemsida	5
2.3. Facebook	5
2.4. Sponsorer	5
2.5. Priser.....	5
3. Tävlingsledning.....	6
3.1. Allmänt	6
3.2. Skyltar.....	7
4. Administration.....	7
4.1. E-postadresser.....	7
4.2. Tävlingssekreterare	7
4.3. Kassör	7
4.4. Sekretariat	8
4.5. Öppen anmälan	8
4.6. Start	8
4.7. Mål.....	8
4.8. Speaker	8
4.9. Resultat.....	8
4.10. Information.....	8
5. Arena	9
5.1. Allmänt	9
5.2. Vägvisning.....	9
5.3. Parkering	9

5.4.	Dusch	9
5.5.	Toa	9
5.6.	Servering.....	9
5.7.	Första hjälpen	9
5.8.	Barnpassning	10
5.9.	Miniknat	10
5.10.	El	10
6.	Banläggning	10
6.1.	Klassindelning	10
6.2.	Banor	10
6.3.	Karta	10
6.4.	Radio.....	11
6.5.	Vätska	11
6.6.	Viltrapport	11
7.	Camping.....	11
7.1.	Allmänt	11
7.2.	Vägvisning.....	11
7.3.	Service	11
7.4.	Sanitära.....	11
7.5.	Övrigt.....	11
8.	Övrigt.....	12
8.1.	Pre-O.....	12
8.2.	Material	12
8.3.	Funktionärer	12

1. Allmänt

1.1.Betydelse

Hallands 3-dagars är Hallands viktigaste OL-tävling. Detta måste vi bevara, eller kanske göra ändå bättre och större. Tävlingskommittén kallar till ett möte varje höst. Tävlingsledare samt biträdande från fjolårets, årets samt kommande två års arrangörer kallas.

På detta möte redovisar årets arrangör hur årets arrangemang fungerat. Nästa års arrangör presenterar hur deras arrangemang kommer att se ut. Vi går vidare igenom denna manual och gör de revideringar som behöver göras.

Denna manual är ingen fullständig redogörelse för hur man arrangerar Hallands 3-dagars utan tar upp det som är specifikt för arrangemanget och vad som är viktigt att tänka på.

1.2.Tävlingstidpunkt

Hallands 3-dagars arrangeras fredag till söndag helgen innan O-ringen arrangeras.

Tävlingen skall vara medeldistans på fredagen och långdistans på lördag och söndag.

1.3.Turordning

Tävlingen arrangeras av orienteringsklubbarna i Halland enligt ett rullande 4-årsschema enligt följande fördelning:

2025	OK Löftan, Fjärås AIK, IF Rigor
2026	Falkenbergs OK, IK Trenne, OK Gläntan, Ätrans IF, Hylte OK
2027	Halmstad OK, Laholms IFOK, OK Lindéna, Oskarströms OK, Simlångsdalens IF, Garnisionens IF
2028	FK Friskus-Varberg, OK Nackhe, IK Dran
Osv.	

Senast två år innan arrangemanget skall tävlingsområde, arena och tävlingsledare vara klart.

1.4.Anmälningavgifter

Anmälningavgifterna för Hallands 3-dagars är fastställda till 200:- per etapp för vuxna och 95:- per etapp för ungdom. Anmälningavgiften är högre än normalt och därför skall det anges i inbjudan: Förhöjda avgift pga vattenfasta kartor, hög servicenivå på servering mm. Anges inte detta får inte den förhöjda avgiften tas ut. Den förhöjda avgiften får inte tas ut i de Öppna klasserna och det är viktigt att avgiften sätts upp på rätt sätt i Eventor för att inte orsaka problem med tävlingsrapport mm.

1.5.Dropbox

Det finns en dropbox för Hallands 3-dagars. Varje arrangör har tillgång till materialet i dropboxen för uppdatering, från oktober året före sitt arrangemang till september samma år som man arrangerar. Det är upp till varje arrangör att begära inloggningsuppgifter från Hallands OF. I dropboxen finns bland annat utvärderingar från de senaste fyra åren av

arrangemanget. Dropboxen används också för att respektive arrangör skall kunna hålla sina dokument samlade för sitt arrangemang.

1.6.Utvärderingsmöte

I september håller årets arrangör ett utvärderingsmöte där nästa års arrangör medverkar, för att ta till sig erfarenheter från arrangemanget inför sitt eget arrangemang. Vid detta möte kan även den gemensamma material som finns lämnas över till nästa års arrangör.

2. Marknadsföring

2.1.Annonsering

Hallands 3-dagars skall marknadsföras genom minst följande annonsering:

- Annonser i Eventor och Sociala medier på våren/sommaren
 - Liten banner i april-maj och stor i juni
- Reklamblad skall anslås på Hallands 3-dagars året innan
- Reklamblad skall anslås på höstens större tävlingar och vårens tävlingar
- Inbjudan skall vara upplagd i Eventor senast 15 dec

Arrangören får även annonsera i tex. Orienteraren.

2.2.Hemsida

Det finns en flik med Hallands 3-dagars under Hallands OF:s hemsida. Denna används i första hand för att sprida allmän information om tävlingen och vara en länk till Eventor och andra Sociala medier som arrangören använder för att marknadsföra tävlingen. Hallands OF ansvarar för att uppdatera sidan. Sidan kan om det behövs även användas för att lägga upp resultat och startlistor om Eventor inte skulle fungera.

2.3.Facebook – Instagram

Det finns en Facebooksida och **Instagram** för att marknadsföra Hallands 3-dagars. Inloggningen för att kunna uppdatera sidan erhålls av ansvarig administratör på Hallands OF. Respektive arrangör har tillgång till Facebooksidan för uppdatering, från oktober året före sitt arrangemang till september samma år som man arrangerar. Det är upp till varje arrangör att begära inloggningsuppgifter från Hallands OF.

2.4.Sponsorer

Hallands 3-dagars har inga gemensamma sponsorer från år till år utan varje arrangör skaffar sina egna sponsorer

Till de tre starterna skall det finnas tre olika sponsorer, en per start. Snitslingen till start skall ske med skyltar med sponsorns logga. Vid starten skall sponsorskyltar eller motsvarande sättas upp väl synligt.

På arenan skall alla sponsorerers skyltar sättas upp väl synligt på ett kommunikativt sätt.

2.5.Priser

Respektive arrangör ansvarar för att det blir ett bra prisbord. För att få ett likvärdigt prisbord år från år.

Förslag till antal priser samt prisets värde (presentkort eller nyttsak i motsvarande värde).

	Första plats	Andra plats	Tredje plats
DH21	1000:-	500:-	300:-
DH20	500:-	300:-	200:-
DH18	500:-	300:-	200:-
DH16	300:-	200:-	200:-
DH14	300:-	200:-	200:-
DH35-DH90	100-200:- (endast segrare)		
DH16/DH14	+glasplakett på plats 1-3, plats 4-10 presentkort eller motsvarande till ett värde på cirka 80-100kr		
DH12	Glasplakett	Glasplakett	Glasplakett
	Plakett till samtliga övriga löpare på etapp 3		
DH10	Plakett till samtliga löpare etapp 3		
Mycket Lätt	Plakett till samtliga löpare etapp 3		
INSK.	Pris varje dag, (etapp 1-2 festis eller motsvarande), etapp 3 plakett		

Glasplakett: Varbergsklubbarna tog för några år sedan fram en glasplakett till ungdomsklasserna. Förslag att detta permanentas och används varje år.

Plakett: Finns att beställa hos olika leverantörer. Förslag att vi använder samma varje år.

(Inköp av plakett/glasplakett blir en kostnad för arrangerande föreningar).

Presentkort: Pölder (SM-sport) har tidigare betalat 3 kr per startande, 5066 löpare ger tackning för samtliga presentkort (15200:-), inklusive den högre summan i DH35-DH90 från Pölder (SM-sport).

3. Tävlingsledning

3.1.Allmänt

Tävlingsledningen för Hallands 3-dagars måste vara stabil så att den klarar av alla eventuella problem som kan uppstå. Tävlingsledningen skall bestå av minst 3 personer, tävlingsledaren, bitr. tävlingsledaren och minst en person till.

Till tävlingen finns en Tävlingscoach som utses av Hallands OF.

Tävlingskontrollanten för tävlingen utses av Hallands OF och skall i första hand vara tävlingsledaren för föregående år.

På tävlingen skall det finnas en Jury. Juryn utses i samråd mellan tävlingsledning och tävlingskontrollanten. Juryn skall utses i god tid, senast när ordinarie anmälningstid utgår. Det skall i PM tydligt anges hur förfarandet med Anmälan och Protest skall gå till.

All information som delges om arrangemanget skall innehålla Hallands 3-dagarsloggan

3.2.Skyltar

Det är viktigt att skyltningen av Hallands 3-dagars sker på ett proffsigt sätt. Alla skyltar som används på arrangemanget skall följa reglerna för skyltar som är framtaget för Hallands 3-dagars. Alla skyltar skall ha med Loggan för Hallands 3-dagars. Det skall finnas en skyltansvarig för arrangemanget som ansvarar för att alla skyltar följer reglerna för skyltar på Hallands 3-dagars. Det är viktigt att det finns möjlighet att snabbt skriva ut och laminera nya skyltar under arrangemanget om någon skylt skulle fattas. Handskrivna skyltar får inte användas.

Reglerna och förteckning mm för skyltarna finns i en mapp i dropboxen som finns tillgänglig för respektive arrangör. Respektive arrangör ansvarar för att utränga skyltar som inte håller måttet samt att ta fram nya skyltar i den omfattning som det behövs för det egna arrangemanget. Efter sortering och uppdatering av skyltfilerna i dropboxen lämnas skyltarna över till nästa års arrangör.

4. Administration

4.1. E-postadresser

Till Hallands 3-dagars finns ett antal e-postadresser. Inloggningsuppgifter till dessa erhålls av ansvarig administratör på Hallands OF. Respektive arrangör har tillgång till E-postadresserna från oktober året före sitt arrangemang till september samma år som man arrangerar. Det är upp till varje arrangör att begära inloggningsuppgifter från Hallands OF.

4.2.Tävlingssekreterare

Tävlingssekreteraren har en betydelsefull roll i arrangemanget och måste vara väl insatt i bestämmelserna som gäller för Hallands 3-dagars.

Vi skall ta betalt för alla extratjänster som vi erbjuder. Lämpligt pris per tjänst är 100:-.

Tjänster som vi skall ta betalt för kan vara: Byte bricka, tidig start, sen start, familjelottning, föräldralottning.

4.3.Kassör

Det finns ingen gemensam ekonomifunktion för de olika 3-dagarsarrangemangen utan varje arrangör har sin egen ekonomi och bestämmer själva hur kostnader och intäkter skall fördelas mellan de arrangerande klubbarna.

Det skall vara möjligt att betala både med kort och swish på tävlingen. Det är lämpligt att ha olika swishnummer för olika typer av betalningar.

4.4.Sekretariat

Det finns väl utarbetade rutiner för hur ett sekretariat för Hallands 3-dagars bör vara uppsatt. Se vidare i utvärderingar mm i dropboxen.

4.5.Öppen anmälan

Öppen anmälan skall dimensioneras för att kunna ta emot 6-700 anmälda per dag. Finns mycket dokumentation om detta i dropboxen .

4.6.Start

Det skall finnas 3 starter. Den ena starten är till för klasserna som inte har jaktstart. Snitseln till start skall ske med skyltar med logga från respektive startsponsor. Starterna skall i PM och startlista mm benämnas med startspensorns namn.

4.6.1. Startförfarande

DH18, DH20 och DH21: Lottade starttider på etapp 1 och etapp 2.

DH10 och DH12: Fri minutstart på etapp 1. Lottade starttider på etapp 2 och 3 från kl.

DH14, DH16, DH21K, DH35-DH95: Fri minutstart på etapp 1. Lottade starttider på etapp 2.

Motionsklasser: Fri start på alla etapper.

Öppna klasser: Fri start på alla etapper.

4.6.2. Jaktstart

Jaktstart på etapp 3 för alla åldersklasser, utom DH10, DH12. Ingen jaktstart i motionsklasser och öppna klasser.

4.7.Mål

Till mål finns ett målskynke med Halland 3-dagarsloggan som skall användas. Målfållan skall byggas med trävirke utmed hela den längd där det får vistas publik. Vid jaktstart skall målfållan delas av i två delar en för jaktstartklasserna och en för klasserna utan jaktstart. Det är en fördel att ha två olika sista kontroller på sista etappen för då kan målfållan delas av redan från sista kontrollen. Finns en hel del dokumentation om detta i dropboxen med bland annat exempel på hur man bygger målfållan.

4.8.Speaker

Det skall finnas speaker på tävlingen. Speakerfunktionen skall hålla en hög klass.

4.9.Resultat

Liveresultat skall erbjudas på tävlingen. Resultaten bör presenteras på resultatskärmar om internetuppkopplingen bedöms som otillräcklig för att bra Liveresultat skall kunna erbjudas. Resultat skall läggas upp på nätet så snart som möjligt efter att sista löpare gått i mål.

4.10. Information

På arenan skall det finnas informationsdisk där alla frågor rörande tävlingen kan besvaras. Här skall man även kunna ge information om vad som de tävlande kan göra mellan tävlingarna.

5. Arena

5.1.Allmänt

Hallands 3-dagars är en stor tävling och skall ha en bra och proffsig uppbyggd arena. Det skall vara en arena för alla tre etapperna. Hallands 3-dagars flaggan skall vara hissad på arenan, det finns 5 stycken flaggor. Även Banderollen med Hallands 3-dagars skall vara uppsatt på arenan, det finns 2 stycken.

5.2.Vägvisning

Vägvisningen skall vara tydlig och skall ske med de skyltar som finns i Hallands 3-dagars skyltsats.

5.3.Parkering

Parkeringen skall dimensioneras för minst 1000 bilar. Det är viktigt att parkering organiseras på ett effektivt sätt då det är ett stort antal bilar som anländer på en relativt kort tid.

Varje bil behöver 20-25 m² samt ca 6-700 m² för att kunna ta betalt på ett effektivt sätt. Detta innebär att det behövs ca 2-3 hektar för att rymma bilarna. Det skall vara möjligt att köpa parkeringsbiljett för alla tre dagarna eller att köpa biljett för enstaka dag.

Husbilar som inte använder vår camping måste hanteras på ett sätt som gör att de inte "vildcampar" på parkeringen eller på annat område i vårt närområde.

Parkeringsavgiften är 30:- per etapp och 80:- för tre etapper.

5.4.Dusch

Duscharna skall dimensioneras för 2500 tävlande. Det behövs 20 duschar för damer respektive herrar. De skall finnas handdukshängare i anslutning till duschen. I damduschen skall det finnas en toalett och gärna även i herrduschen.

5.5.Toa

Toaletterna skall vara av god kvalitet typ hyrtoaletten. Vid en tävling med 2000 deltagare behövs 25 toaletter. Det skall finnas handikapptoalett. På barnpassningen skall det finnas en handikapptoalett för att det skall vara enkelt för personalen att hjälpa de barn som behöver hjälp på toaletten. I damduschen skall det finnas en toalett och gärna även i herrduschen.

5.6.Servering

Serveringen skall hålla en hög klass. Det skall finnas hamburgare till försäljning och minst två andra alternativ till mat, även vegetariska alternativ skall finnas. Det skall även för övrigt erbjudas ett stort sortiment. Det skall vara tydligt skyltat med rejäla fållor in och ut till serveringen. Det skall finnas ståbord i anslutning till serveringen.

5.7.Första hjälpen

Eftersom Hallands 3-dagars är en stor tävling bör första hjälpen dimensioneras utifrån detta. Det bör finnas sjuksköterska på första hjälpen. Det bör finnas beredskap för att ta kunna ta hand om eventuellt allvariga skador ute i skogen. Hjärtstartare skall finnas på arenan. På kartan skall även nödnummer tryckas.

5.8. Barnpassning

Barnpassning skall erbjudas mot ersättning. På barnpassningen skall det finnas en handikapptoalett för att det skall vara enkelt för personalen att hjälpa de barn som behöver hjälp på toaletten

5.9. Miniknat

Miniknat skall finnas, gärna med lite extra "äventyr"

5.10. El

Det är viktigt att ha en bra elförsörjning. Finns inte stationär el i tillräcklig omfattning tillgänglig så måste ett rejält mobilt elverk användas som kan garantera stabil spänning till både sekretariat och servering.

6. Banläggning

6.1. Klassindelning

Klassindelningen skall vara samma år från år. Följande klasser skall erbjudas:

D10, D12, D14, D16, D18, D20, D21, D21K, D35, D40, D45, D50, D55, D60, D65, D70, D75, D80, D85, D90, D21M, D40M, D50M, D60M

H10, H12, H14, H16, H18, H20, H21, H21K, H35, H40, H45, H50, H55, H60, H65, H70, H75, H80, H85, H90, H21M, H40M, H50M, H60M

Inskolning 2.0, Vit 2.0, Vit 4.0, Gul 2.5, Gul 5.0, Orange 3.0, Orange 5.0, Blå 3.0, Blå 4.0, Svart 5.0, Svart 7.0*

* Svart 7.0 ska endast erbjudas på etapperna med långdistans.

Banlängden i motionsklasserna skall vara på medeldistans ca 75-80% av normaldistans och vid långdistans ca 65-70% av normaldistans.

Anmälan skall kunna ske till enskild etapp i alla klasser.

6.2. Banor

På Hallands 3-dagars är det ett stort deltagarantal och de flesta klasserna behöver ha sin egen bana för att inte få orimligt stora startdjup.

Det skall finnas en banlägningscoach, som utses av Hallands OF, som en hjälp för banläggarna och som skall se till att svårighetsgraden på banorna är likvärdiga år från år.

Banorna skall finnas tillgängliga på livelox så snart som sista tävlande har startat.

6.2.1. Motionsklasser

Svårighetsgraden i motionsklasserna skall vara Röd/Orange.

Banlängden i motionsklasserna skall vara på medeldistans ca 75-80% av normaldistans och vid långdistans ca 65-70% av normaldistans.

6.3.Karta

Kartan skall granskas av OF:s kartansvarig så att den håller en hög standard. Kravet är att den skall vara av nivå 2 men vi har som målsättning att den skall hålla nivå 1. Kartan skall vara offsettryckt eller av SOFT certifierad färgutskrift.

6.4.Radio

Radiokontroller (onlinekontroller) skall finnas i de klasser som speakern följer för att få en mer intressant tävling.

6.5.Vätska

Alla banor med en beräknad segrartid på över 45 min skall erbjudas vätska i skogen. Det skall även finnas vätska efter målgång. Vid varm väderlek bör även vätska finnas på väg till start om avståndet till start överstiger 1000 m.

6.6.Viltrapport

Efter målgång skall viltrapport finnas.

7. Camping

7.1.Allmänt

Campingen skall hålla en hög klass och dimensioneras för minst 250 campande. Campingen skall öppnas senast torsdag klockan 16:00 och vara öppen till söndag klockan 16:00.

7.2.Vägvisning

Vägvisningen till campingen skall vara tydlig med Hallands 3-dagars skyltar. Om möjligt skall vägvisningen till campingen vara åtskild från vägvisningen för övriga.

7.3.Service

Det skall finnas tillgång till dricksvatten. Det skall finnas möjlighet till diskning vid diskbord. En enkel campingkiosk skall finnas där det bland annat skall gå att byta kylklampar. Minst en gemensam grillplats skall finnas. Möjlighet till laddning av mobiler skall finnas.

Det får gärna arrangeras någon form av övrig aktivitet på campingen.

7.4.Sanitära

Toaletterna skall vara av hög standard, typ hyrtoaletten. Behövs ca 20 toaletter vid 250 campingplatser. Det skall finnas möjlighet att tömma latriner från husvagnarna. Erbjudande av dusch på lördagskvällen bör finnas. När Arena och Camping ligger intill varandra kan det totala antalet toaletter minskas.

7.5.Övrigt

Avgifterna för campingen är 500:- vid ordinarie anmälan och 750:- vid efteranmälan.

8. Övrigt

8.1.Pre-O

Om möjligt bör det arrangeras Pre-O på lördag eftermiddag.

8.2. Material

Till arrangemanget finns en del gemensamt material och det är: Skyltar enligt punkt 3.2, 2 banderoller för Hallands 3-dagars, 5 flaggor med Hallands 3-dagars logga, Målskynke, 15 brandsläckare.

8.3.Funktionärer

Det finns västar med Hallands 3-dagarsloggan på rygg och på vänster bröst. Alla funktionärer skall bära denna väst eller T-shirten i mörkblå med Hallands 3-dagarsloggan i vitt tryck på vänster bröst.