

Norrländska Mästerskapen i Orientering

12-14 aug 2011 i Gästrikland



Gävle OK inbjuder till medeldistans 13 aug och långdistans 14 aug i Råhällan.

Banläggarnas ord:

Vi har lagt de här banorna med tanke på att de tävlande skall få uppleva två dagar med varierande och rolig orientering. Banorna är oavsett svårighetsgrad variationsrika vilket ställer krav på löparna att kunna behärska olika typer av orienteringstekniker. Alla – ung som gammal, elit som motionär – kommer att få uppleva en riktig trevlig orienteringshelg i Gävles finaste terräng.

Lördag medeldistans

Banorna präglas av intensiv kartläsning där det orienteringstekniska ställs på prov. Banorna innehåller sträckor med varierande längd och svårighetsgrad samt riktningsändringar, vilket ställer höga krav på löparens förmåga att anpassa fart och teknik efter banan. Avslutningen på de flesta banorna innehåller enklare orientering, men är man inte uppmärksam här är det lätt att göra förargliga bommar ändå.

Söndag långdistans

Precis som för medeldistansen så innehåller banorna sträckor av varierande längd, men till skillnad från lördagen så tillkommer på de flesta banor riktiga långsträckor där det gäller att hitta det bästa vägvalet. Även här passerar banorna en del detaljrika områden där det gäller att hålla koncentrationen uppe. Bitvis kan terrängen vara tunglöpt p.g.a. mossar och hög markvegetation dock är sikten mycket god .

*Banläggare Torbjörn Pettersson, trefaldig segrare i RM i banläggning 2010
Bitr. banläggare Ingemar Stålberg*