



**Innbydelse til
Nordland 3-dagers 2016
(KM-helg Nordland Orienteringskrets)
Sprint, mellomdistanse og Langdistanse
17-19.juni 2016
Mo i Rana**



VELKOMMEN TIL NORDLAND 3-DAGERS 2016

Mo Orienteringsklubb feirer 50 år som o-klubb i 2016. I den forbindelse ønsker vi alle velkommen til «Jubileumsløp» i forbindelse med 50 årsfeiringen. Tre dager på rad, 17-19.juni, arrangerer vi o-løp. Sprint, mellomdistanse og langdistanse. Vi har kalt arrangementet Nordland 3-dagers, og dette er tredje gang dette arrangeres her i Nordland. Løpene inngår også som kretsmeesterskap for Nordland Orienteringskrets.

Vi starter helga med sprintløp fredag i byområdet rundt Mo i Rana sentrum. Kartet er helt nytt og synfart og rentegnet av Yngve Skogstad. Løypa vil gå i bykjernen, og langs fjorden både i ny bebyggelse og ved den gamle bebyggelsen i Mo i Rana (Moholmen). Her er det også store åpne områder. Og ikke minst «Havmannen» som står og ser utover havet. Skulpturen er en del av «Skulturlandskap Nord-Norge».

Lørdag og søndag forflytter vi oss østover mot svenskegrensa, ca 30 km kjøring, til Raudvatnet. Her finner vi et av de flotteste terrengene som finnes i Nord-Norge. Nord-norsk terreng med bjørkeskog, halvåpne område og store myrer. Og muligheten for å holde veldig stor fart. Men terrenget er krevende med kupering og skråli og kan gi store utfordringer.

Vi håper så mange som mulig finner veien til Mo i Rana i juni og håper å kunne tilby ei flott og spennende helg med o-løp.



Mo i Rana sentrum med «Havmannen» i bakgrunnen!

Generell informasjon

Overnatting: Det finnes flere muligheter. Om det er mange nok kan vi muligens ordne felles overnatting! Ta kontakt med oss!

Kontaktpersoner: Ole Morten Wie
Tlf. 90 83 49 39
Mail: ole.morten.wie@nrk.no

Martin Kaspersen
Tlf. 91 52 68 58

Informasjon : web: www.mook.no
Det vil bli opprettet en egen facebookside.
Mer og nøyaktig informasjon om arenaer og løyper vil komme i starten av uke 24

Påmelding og frist: Eventor - 15.juni 2016

Annet: Det finnes utrolig mye å se og oppleve i Mo i Rana og ikke minst langs Helgelandskysten. Svartisen, Grønnligrotta og Sætergrotta, kysten og fjellene. Mer informasjon kan man finne på:

www.visithelgeland.com



«Havmannen» ser utover havet!

Fredag 17. juni: KM Sprint

Arena:	Moholmen, havneområdet – Mo i Rana Merket fra E6 i rundkjøring sør for bykjernen
Kart:	Mo i Rana Målestokk 1:4000, ekvidistanse 2,5 meter Synfart og rentegnet av Yngve Skogstad 2014-15 Noen revideringer 2016
Terreng:	Sentrum. Samt langs fjorden øst for byen med åpne områder og delvis bebyggelse!
Løypelegger:	Ole Morten Wie
Parkering/transport:	Ved arena.
Start:	Fra 13 år og oppover: 500 meter å gå Ellers ved arena
Første start:	Klokken 19:00
Klasseinndeling:	Se Eventor
Garderobe/dusj:	Nei
Premieutdeling:	Lørdag etter løpet
Servering:	Enkel servering



Sprint i bynære omgivelser

Lørdag 18. juni: KM Mellomdistanse

- Arena:** Røde-kors hytta Raudvatnet
30 km kjøring langs E12 øst for Mo i Rana
- Kart:** Rundheia Målestokk 1:10000
Synfart og rentegnet av Ole Morten Wie 2010
Noen revideringer i 2016
- Terreng:** Fra halvåpen til tettvoksende bjørkeskog
Store nord-norske myrer
Kupert terreng og områder med skråli
Fartsterreng
Fantastisk flott terreng!
- Løypelegger:** Ole Morten Wie
- Parkering/transport:** Ved Røde-kors hytta, stor parkeringsplass
250 meter å gå til samlingsplass ved elva.
- Start:** 200 meter fra arena!
- Første start:** Kl 14:00
- Klasseinndeling:** Se Eventor
- Garderobe/dusj:** Våtklut
- Premieutdeling:** Rett etter løpet!
- Servering:** Salg av kaffe/mineralvann og kaker, grillmat!



Sjans for møte med rein i terrenget!

Søndag 19. juni: KM Langdistanse

- Arena:** Røde-kors hytta Raudvatnet
30 km kjøring langs E12 øst for Mo i Rana
- Kart:** Rundheia Målestokk 1:10000
Synfart og rentegnet av Ole Morten Wie 2010
Noen revideringer i 2016
- Terreng:** Fra halvåpen til tettvoksende bjørkeskog
Store nord-norske myrer
Kupert terreng og områder med skråli
Fartsterreng
Fantastisk flott terreng!
- Løypelegger:** Ole Morten Wie
- Parkering/transport:** Ved Røde-kors hytta, stor parkeringsplass
250 meter å gå til samlingsplass ved elva.
- Start:** 200 meter fra arena!
- Første start:** Kl 10:30
- Klasseinndeling:** Se Eventor
- Garderobe/dusj:** Våtklut
- Premieutdeling:** Ved arena ca. klokken 12:30
- Servering:** Salg av kaffe/mineralvann og kaker, grillmat!



Vi ønsker alle velkommen til ei flott o-helg på Mo!