

Nationale Competitie 2011 - Nieuwsbrief



Beste OL-er,

Middels deze brief willen we je informeren over de Nationale competitie 2011. De winter is uit de lucht, het groen wordt weer groen, en de temperaturen aangenaam om te lopen. Tijd voor weer wat mooi orientatie werk....

De nationale competitie bestaat uit een reeks van 7 wedstrijden met daarin de 3 NK's. En ondanks de naamgeving, zijn het voor lopers van ieder nivo prima toegankelijke wedstrijden – laat je niet afschrikken dus.

De nationale competitie betekent mooie (nieuwe) kaarten, vaak wat langere afstanden en de kans om in de prijzen te lopen ! Markeer deze data dus in je agenda....

Nieuw dit jaar is dat naast de stand van de competitie, waarbij alle wedstrijden meetellen, er de zogenaamde 'O-Crew' challenge plaatsvindt. Dit is een apart klassement, alleen voor de open klassen (D/H 21), over de drie NK's. Hierbij zijn voor de beste 3 dames en heren mooie prijzen te winnen, beschikbaar gesteld door de 'O-crew' webshop (www.o-crew.com): de nummers 1 een paar Inov-8 oriëntatieloop schoenen, voor de nrs 2 een O-Crew O-shirt en voor de nrs 3 een paar O-Crew beenkappen.

Daarnaast kent de competitie met ingang van dit jaar 2 extra leeftijdsklassen: D Vet C (60+) en H Vet D (70+).

Hieronder vind je meer informatie over de competitie; voor nog meer detail verwijzen we je naar het wedstrijdreglement.

We hopen je bij een/meerdere/alle wedstrijden te zien. En dat het een spannende en sportieve competitie mag worden.

Namens de wedstrijdcommissie,

Marco Mensink

Data

27.03.2011	Nationale Competitie 1	UZO
10.04.2011	Nationale Competitie 2 = NK MD	Olifant
08.05.2011	Nationale Competitie 3	KOVZ
[29.05.2011	NK Relay	MINOR]
26.06.2011	Nationale Competitie 4 = NK Sprint	HOC'93
30.10.2011	Nationale Competitie 5,	MINOR
06.11.2011	Nationale Competitie 6 = NK LD	Argus
20.11.2011	Nationale Competitie 7	HOC'93

Zoals gebruikelijk moet je je voor deze wedstrijden voorinschrijven; inschrijving sluit een week voor de wedstrijd. Voor de NC5 van MINOR is dat 2 weken (!). Houd altijd de informatie op de NOLBwebsite in de gaten voor uitzonderingen.

Bij de Nationale competitie wordt gewerkt met vaste starttijden; de startlijst wordt in de dagen voorafgaande aan de wedstrijd op de NOLBsite gepubliceerd.

Over de 7 wedstrijden van de NC wordt een stand opgemaakt, waarbij de beste 5 wedstrijden tellen. Deze stand wordt op de website van de NOLB bijgehouden. Zie voor meer details het wedstrijdreglement op de website.

Zoals aangegeven, dit jaar voor het eerst de 'O-crew challenge': een competitie in de competitie. Voor de H21 en D21 klasse wordt mbv het Schots punten systeem de stand opgemaakt over de 3 NK's. Na afloop van het laatste NK (NKlang) wordt dan aan de eerste drie in de stand een prijs uitgereikt: de nummer 1 een paar Inov-8 oriëntatieweerschoenen, voor de nr 2 een O-Crew O-shirt en voor de nr 3 een paar O-Crew beenkappen. www.o-crew.com

Leeftijdsklassen

Voor de Nationale competitie wordt met 18 leeftijdsklassen gewerkt.

Meisjes Pupillen (D-10,D-12), Meisjes Aspiranten (D-14), Dames Junioren C (D-16), Dames Junioren B (D-18), Dames Senioren (D-20,D21), Dames Veteranen A (D35,D40,D45), Dames Veteranen B (D50,D55), Dames Veteranen C (D60+).

Jongens Pupillen (H-10,H-12), Jongens Aspiranten (H-14), Heren Junioren C (H-16), Heren Junioren B (H-18), Heren Junioren A (H-20), Heren Senioren (H21,H35), Heren Veteranen A (H40,H45), Heren Veteranen B (H50,H55), Heren Veteranen C (H60,H65), Heren Veteranen C (H70+)

Bij de NK's zijn, bij voldoende deelname, wel per IOF leeftijdsklasse medailles te winnen. (zie wedstrijdreglement NOLB voor meer details)

Banen

Vind hieronder een overzicht van de banen en de baanindeling. Vind je de afstand die behoort bij jouw leeftijdsklasse te lang (of te kort) schrijf je dan gerust in voor een andere baan. Bij deelname in een 'lagere' klasse kun je helaas geen punten verdienen voor de competitie. Bij een 'hogere' klasse doe je daar mee in de competitie.

richtlengte van de banen

Baan	klassiek	Sprint	Middle	Lang
1	11.0	3.0	6.5	16.0
2	8.0	2.5	5.5	10.0
3	6.0	2.0	4.5	8.0
4	4.5	1.5	3.0	6.0
5	-	-	-	5.0
6	4.5 matig	-	3.0 matig	5.5 matig
7	3.0 eenvoudig	-	2.0 eenvoudig	3.5 eenvoudig

baanindeling

Baan	klassiek	Sprint	Middle	Lang
1	H21 35	H21 35	H21 35	H21 35
2	D-20 21 H-20 40 45	D-20 21 H-20 40 45	D-20 21 H-20 40 45	D-20 21 H-20 40 45
3	D-18 35 40 45 H-18 50 55	D-16 -18 35 40 45 H-16 -18 50 55	D-18 35 40 45 H-18 50 55	D-18 35 40 45 H-18 50 55
4	D-16 50+ H-16 60+	D-10 -12 -14 -16 50+ H-10 -12 -14 -16 60+	D-16 50+ H-16 60+	D-16 50 55 H-16 60 65
5	-	-	-	D60+ H70+
6	D-14 H-14	-	D-14 H-14	D-14 H-14
7	D-10 -12 H-10 -12	-	D-10 -12 H-10 -12	D-10 -12 H-10 -12

[voor meer details zie wedstrijdreglement]