

Arrangere randoneekonkurranse

Denne veilederen er ment å være et notat som gir en del tips, og danner et rammeverk for hvordan randoneekonkurranser bør gjennomføres i Norge. Dette er med andre ord en idebank som kan brukes i forbindelse med gjennomføringen av randoneekonkurranser.

Innhold

- Informasjon og invitasjon
- Påmelding – startkontingent ref. gjeldene takster
- Startliste
- Arena
- Løype
- Gjennomføring
- Sosiale aktiviteter
- Rødekors/førstehjelp
- Premieutdeling
- Resultatlister
- Klasser i randonee
- Utstyr
- Løypen starter/mål/kontrollpunkter etc.
- Sikkerhet
- Forsikring
- Jury

Informasjon og invitasjon:

Invitasjon må også rettes til andre enn utøverne. Flere kanaler kan brukes.

- NSF hjemmesider, randonee.no
- Facebook (NSF randonee)
- Core Media (Fri Flyt etc.)
- E-post
- Lokalavis

På hjemmesiden eller på innbydelsen skal all relevant informasjon om konkurransen være:

- Løypekart
- Høydeprofil
- Kontrollpunkt hvor feller skal tas av og på, samt hvordan deltagerne skal bevege seg i de ulike partiene av løypa (til fots, stegjern, ski på ryggsekk med mer)
- Tekniske moment samt eventuelle farlige passasjer
- Spesielle utstyrskrav
- Program for dagen

Der startnummer hentes skal samme informasjon som nevnt ovenfor være slått opp, i tillegg til værprognose. Hvis det er noen forandringer fra det som er publisert tidligere, må denne informasjonen komme godt fram. Informasjon om konkurransen og løypa bør også legges i posen, hvis startnumrene leveres ut i poser.

På startstreken, 5 minutter før start skal viktig informasjon om løypa repeteres og eventuelle nye forandringer meddeles utøverne. Er det internasjonale utøvere må informasjonen også gis på engelsk.

Påmelding/lisens:

Påmeldingsrutinene bør være så enkle som mulig. NSF har rutiner og systemer for påmelding. Ta kontakt for brukertilgang og opplæring i Sportsadmin (Min Idrett). Ta kontakt med den gjeldende skikrets.

- Påmeldingssystem
- Påmeldingsfrist
- Online betalingssystem
- Alle utøvere må ha lisens for å kunne delta
- Det er utøver sitt ansvar å ha lisens på plass før renn
- Info om lisens finnes på skiforbundet.no

Startliste:

Startlister gjør konkurransen interessant for utøvere og publikum.

- Skriv ut lister fra sportsadmin
- Distribuer til starter og speaker

Arena:

Arena-utforming er viktig for både utøvere og publikum. En arena skal se annerledes ut på arrangement enn på trening.

- Speaker
- Lyd, musikk
- Sikkerhet
- Attraktiv arena
- Tydelig informasjon
- Resultatservice

Løype:

Viktig å starte med løypen i god tid før arrangementet.

- Løype må være klar til eventuell treningsdag
- Testet
- Sikkerhet
- Inneholde de elementer som bør være med i en randoneeløype

Gjennomføring:

Konkurransereformen og klasseinndelinger er bestemt av regelverket.

Men mye kan likevel gjøres:

- Gjør konkurransen så kompakt som mulig. Tid og areal. Angi tydelig når de ulike klasser starter. Gi tydelig informasjon.
- Tilby andre aktiviteter til publikum og deltakere når de ikke konkurrerer.
- Gjennomfør premieutdeling så fort som mulig etter konkurransen er avsluttet.
- Prøv ut nye konkurransereformer og modeller for gjennomføring i konkurranser der det er mulig. Ta gjerne med utøverne på slike avgjørelser og ideer.

Sosiale aktiviteter:

For mange blant publikum er den sosiale aktiviteten like viktig som konkurransen.

- Mat
- Underholdning
- Møteplasser
- Leker
- Barneskirenn

Premieutdeling:

Premieutdeling bør foregå så fort som mulig etter konkurransen.

- Resultatlistor
- Speaker
- Premier
- Premieringsarena
- Utdelere

Resultatlistor:

Resultatlistor bør kopieres i et tilstrekkelig antall eksemplarer og distribuer så fort som mulig.

- E-post
- Nettsider, randonee.no
- Facebook-sider
- Media

Klasser i randonee:

- 12-13 år
- 14-15 år
- Junior 16 – 20 år
- Senior 21 – 40 år
- Veteran 41 år og oppover

I tillegg bør det være en mosjonsklasse uten tidtaking.

I konkurranser som er inkludert i Norgescupen skal det være to konkurranseklasser i hvert kjønn.

- Junior 16-20år
- Senior

Utstyr

Deltagere bør ha med seg følgende utstyr i en randoneekonkurranse:

- Ski med stålkant
- Ryggsekk
- Sender/Mottaker (457 kHz)
- Spade med skaft, blad minst 20x20cm, originalt og umodifisert
- Søkstang, minst 240 cm, minst 10mm i diameter
- Godkjent hjelm

I norgescuprenn er det i tillegg krav til følgende utstyr:

- 1 par feller. Feller fra ville dyr er ikke tillatt.
- 2 lag benklær og 3 lag på overkroppen derav ett lag vindtett i passende størrelse. Klærne kan være på kroppen eller i sekken.
- Hansker og lue
- Skibriller
- Redningsfolie
- Fløyte

Løypen starter/mål/kontrollpunkter etc.

Arrangøren bestemmer hvor feller skal tas av og på, samt hvordan deltagerne skal bevege seg i de ulike partiene av løypa. (på ski, til fots, stegjern, ski på ryggsekk etc.)

Arrangører sørger for at det ikke kan oppstå kollisjoner mellom publikum og utøvere.

Ved risiko for høy hastighet kan arrangøren sette obligatoriske porter for særskilt utsatte passasjer, alternativt til porter kan være å sette ut mennesker som varsler ved å simulere lav fart med hendene.

Ved løypesetting skal en bruke terrenget aktivt for å gjøre løypene så variasjonsrike og morsomme som mulig. I utgangspunktet bør en legge løypen slik at den inneholder tekniske og krevende elementer både oppover og nedover. I bratte partier bør løypa legges med kryssninger/svinger istedenfor rett opp. Doble spor på tur oppover der det er fornuftig. Om dette ikke er mulig kan en legge en kortere rundløype som blir gått flere ganger i stedet for en lang løype. Ulike elementer i løypen kan være:

- Ski på sekken
- Tette vendinger på tur oppover
- Teknisk utforkjøring

Ved start og passering av kontrollpunkter noteres det hvem som passere, for på den måten ha kontroll på antallet utøvere som er ute i terrenget.

Løypa markeres med flagg/vimpler (ca 15*20cm i størrelse), grønne oppover og røde nedover. På tur opp skal løypa være så godt merket at det ikke skal kunne tas snarveier utenom de oppgatte sporene. Nedover merkes det med en avstand på 100-150 meter mellom flaggene, slik at det er lett for løperen å se retningen på løypa i høy fart.

Sikkerhet

Randonee som konkurranseform går ofte i krevende fjellterreng med tynt kledde deltakere der utøverne går med stor fart over lang tid. Derfor er det viktig for arrangør å ha fokus på sikkerhet og beredskap ved eventuelle ulykker.

Forebygging:

Legg løypene på forhånd med flere alternativer som kan brukes i dårlig vær. Unngå avlysning av renn.

Plan/forutsetninger:

- A-løype. Brukes ved fint vær og liten skredfare.
- B-løype. Brukes ved bra vær men ved middels/ stor skredfare.
- C-løype. Løype som kan brukes ved hard vind eller dårlig sikt.

Opprett en sikkerhetsplan:

Lag en sikkerhetsplan som viser de steder eller element som kan utgjøre fare eller risiko for arrangør, utøvere og tilskuere. Beskriv hvordan risiko kan minimeres. Sikkerhetsplanen skal være kjent for funksjonerer før konkurransen.

Opprett en redningsplan:

Redningsplanen skal beskrive hvordan man håndterer ulykker som kan oppstå. Redningsplanen skal være kjent blant sentrale personer i arrangørstaben som vil være involvert i et eventuelt redningsarbeid.

Kommunikasjon:

Kommunikasjon er en viktig faktor for at sikkerheten skal kunne opprettholdes. Det er viktig at det finnes fungerende kommunikasjonsmidler rundt om i løypa (mobiltelefon, VHF radio etc.).

Forsikring

Arrangører må ha en ansvarsforsikring som dekker dem i forhold til arrangøransvar. Det er utøvernes ansvar å ha skilisens ved deltagelse i konkurranser, enten helårslisens eller engangslisens.

Jury

Det skal etableres en jury for konkurransen som består av rennleder, løypesjef og TD.