



OK Älvsjö Örby & Stigfinnarna



PM 36:e Tiomilarepet onsdagen 24 april 2013

Samling	Flottsbro Fritidsanläggning Huddinge Skärm efter väg 259 mellan Masmo och Huddinge
Parkering	I anslutning till TC
Efteranmälan	Senast 21/4 kl 21.59, mot 50% förhöjd avgift
Allm kommunikationer	Buss 714 har begränsade turer till Flottsbro. Sista turen från Flottsbro går ganska tidigt, samåk. Flera bussar trafikerar Glömstavägen. För tidtabeller o.d. se www.sl.se
Damklasser	Samtliga damklasser springer i dagsljus, gemensam start för båda sträckor, det vill säga ingen växling sker. OBS gäller ej HD -14.
Start	Gemensam start klassvis med tider enligt nedan. Samtliga damklasser str 1, samt HD -14 19.00 Samtliga damklasser str 2 19.15 H 16, H 90, H 110, H 125 19.30 H 21 L, H 21 K 19.45 Glöm ej nolla bricka före ingång till start
Öppna banor	ÖM 3, ÖM 6, ÖM 7, ÖM 9 Anmälan mellan 18.30 – 20.00 Start mellan 18.30 – 20.30, OBS startstämpling vid plats för anmälan Observera att Öppna banor har eget utbrutet mål och utstämpling sker vid anmälan
Nummerlappar	Utdelas klubbvis på TC, medtag egna säkerhetsnålar. Sträcka 1 svarta nummer, sträcka 2 röda.
Lagändring	Lagändring görs i första hand i Eventor fram till 18.00 tisdag 23 april samt i sekreteriatet senast 30 min före start. Anmällda SI-brickor måste användas på rätt sträcka.
Varvning	H 21L har varvning på TC.

Växling	Växling sker genom överlämnande av ny karta. Löpare som ej växlar ut till ny löpare får ej ta karta för sträcka 2.		
Mål	Målstämpling för båda sträckor efter mållinje Öppna motionsbanor har eget mål		
Kontroller	Kontroller är utmärkta med reflex, skärm samt stämpningsenhet. Om SI-enhet ej fungerar, stämpla i kartan.		
Spridning	Samtliga banor utom HD – 14 har gafflade banor		
Brutet lopp	Även löpare som utgår måste stämpla vid mål.		
Karta/terräng	1:10 000 ekv 4 m, måttligt kuperad, delvis stigrik terrängen. Banorna passerar allmän väg med låg trafik. Iakttag försiktighet vid passage. All snö är nu borta.		
Omstart/maxtid	Omstart kommer att ske c:a 20 min efter ledande lag vid växling Exakt tid meddelas av speaker. Målet stänger 23.00		
Omklädnad/dusch	På TC finns enkel duschanläggning med begränsad kapacitet. Kom gärna ombytt.		
Tolatter	På TC .		
Priser	Till segrarlag i H/D 21 L/K samt i ungdomsklasser.		
Servering	Sedvanligt Repetmarka med hemlagat till låga priser.		
Huvudfunktionärer	Tävlingsledare	Christer Nordström	010-480 55 70
	Banläggare	Magnus Nordström	073- 618 16 74
	Bankontroll	Mats Zackrisson	070-654 00 70

Välkomna