



Snättringe SK inbjuder till en tuff & utmanande patrulltävling i ultralångdistans

Höstlunken, söndagen 3 nov 2013

Klass	Längd	Avgift	Klass	Längd	Avgift
H21A	16 km	2x 105 kr	D21	10 km	2 x 105 kr
H21B	13 km	2 x 105 kr			
H17-20	13 km	2x 105 kr	D17-20	8 km	2 x 105 kr
H16	7,3 km	2 x 60 kr	D16	5,8 km	2 x 60 kr
H14	5,8 km	2 x 60 kr	D14	4,8 km	2 x 60 kr
H12	3,3 km	2x 60 kr	D12	3,3 km	2 x 60 kr
H40	13 km	2x 105 kr	D40	7,5 km	2 x 105 kr
H55	8 km	2 x 105 kr	D55	6 km	2 x 105 kr
H65	6 km	2 x 105 kr	ÖM3	3 km	
Motion	7,5 km	2 x 105 kr	ÖM7	3,5 km	
Mix	10 km	2 x 105 kr	ÖM8	5 km	
HD40	8 km	2 x 105 kr	ÖM9	8 km	

Mil-lunken 10 km 105 kr
Kort-lunken 5 km 105 kr

Vi bjuder på blåbärssoppa vid målgången och något energigivande under loppet!

Nyhet!	Nyhet!	Nyhet!
---------------	---------------	---------------

Mil-lunken. En mil löpning i tuff terräng med lätta kontroller. Herrar och damer i samma klass. Masstart klockan 11.00.

Kort-lunken. 5 km löpning i lite lättare terräng och enkla kontroller. Herrar och damer i samma klass. Masstart klockan 11.15

Samling Östra grundskolan, Skogås (f.d. Skogåsskolan) (GPS 59,2116; 18,1508) .
Vägisning från Gamla Nynäsvägen

Parkering	På anvisad plats. Parkeringsavgift 20 kr
-----------	--

Allmänna färdmedel	Pendeltåg till Skogås station, därefter 250 m gångväg. Buss 830 från Farsta Centrum
Stämplings-system	SPORTident systemet kommer att användas i samtliga klasser. Ange bricknummer vid anmälan för löpare med egen bricka. För övriga löpare registreras hyrbricka. Byte av bricknummer kan göras gratis, via epost hostlunken@snattringesk.se, fram till kl 18:00 kvällen före tävlingen. Därefter debiteras ändring av bricknummer med 50% förhöjd avgift och mottages på TC senast kl 08:30 tävlingsdagen.
Anmälan	Via Eventor senast söndagen den 27 oktober kl. 23:59 . Kontroll av anmälan kan göras på Snättringe SK's hemsida.
Efteranmälan	Via Eventor fram till kl 20:00 onsdagen den 30 oktober . Efteranmälda placeras in före första ordinarie start. Därefter erbjuder vi direktanmälan på TC till de öppna banorna mellan kl 09:30 – 11:00 med valfri start kl 10:00 – 11:30.
Patruller	Varje patrull ska bestå av 2 deltagare. Flera klubbar får tillsammans bilda en patrull. Mix-patruller ska bestå av båda könen. Ändring av patrullssammansättning kan göras gratis, via epost till hostlunken@snattringesk.se, fram till kl 18:00 kvällen före tävlingen. Därefter debiteras ändringar med 50% förhöjd avgift för hela patrullen och mottages på TC senast kl 08:30 tävlingsdagen.
Avgifter	Se klassindelningen. I öppna klasser är avgiften för ungdom –16 år 60 kr och för övriga 105 kr. Avgiften faktureras de anmälade klubbarna i efterhand. Klubblösa löpare betalar kontant på platsen. Efteranmälan debiteras med 50% förhöjd avgift. Hyra av SI-bricka 30 kr, ej återlämnad bricka debiteras med 350 kr.
Start	Första start kl 10:00. Efteranmälda startar före de andra i sin klass. Öppna klasser har valfri start 10:00 – 11:30. Avstånd TC – start max 1 700 m.
Karta Terräng	Karta, Ågestakartan, 1:15 000 för klasserna H21A, H21B, H17 och H40. För övriga klasser 1:10 000. Ekvidistans 4 m. Digitalutskrift. Detaljerad, småskuren och måttligt kuperad Södertörnsteräng.
Service vid TC	Högklassig grill utomhus och servering i skolans cafeteria. Omklädning och dusch inomhus.
Internet	Inbjudan, PM, start- och resultatlistor publiceras på vår hemsida snattringesk.se . Individuella resultat kommer att publiceras.
Information	Telefon till vår klubbstuga 08 711 78 47 eller tävlingsledaren.
Tävlingsledning	Tävlingsledare: Gösta Guteland 7467670 eller 0736005940, biträdande Johan Lidmar 6898206. Banläggare: Lennart Bjursäter 396136 eller 0737815484

Tävlingskontrollant Ulf Eskilsson

Bankontrollant Urban Freij

UP-avslutning i anslutning till Höstlunken

I samband med tävlingen arrangeras Stof UP-avslutning som vänder sig till alla 11-16 åringar som deltagit i UP-tävlingar under året. Ungdomarna är välkomna att anmäla sig på vanligt sätt, dvs. i lag om 2 personer via Eventor..H12, H 14, H16, D12, D14 oc h D16 springer Höstlunkens banor för motsvarande åldersklasser. Det kommer också finnas möjligheter att anmäla sig i samband med anmälan till UP-avslutningen

UP prisutdelning och servering för UP-ungdom.

För medföljande föräldrar som inte brukar springa orientering rekommenderas Mil-lunken och Kort-lunken