



Tävlings-PM Natt DM 2013, Stockholm & Södermanland

Samlingsplats/Arena

Lida friluftsgård, Tullinge/Botkyrka. Skärm på väg 226 mellan Huddinge och Tullinge, följ därifrån Trafikverkets skyltar till Lida, 10 minuters bilfärd.

GPS-koordinater (de koordinater till Lida som anges av bla Telia, Eniro med flera är felaktiga): **N 59 9' 48.24" E 17 52' 54.84"**

Parkering

I direkt anslutning till arenan. P-avgift 20 kr/bil.

Tävlingsregler

Svenska Orienteringsförbundets tävlingsregler och bestämmelser gäller för tävlingen.

Följande är några av de viktigaste:

- Det är den tävlandes ansvar att känna till våra tävlingsregler. Bristande kännedom fritar inte någon från eventuell påföljd.
- Tävlände är skyldig att respektera de förbjudna områden som är markerade på kartan och/eller banpåtrycket.
- Det är förbjudet att beträda eller korsa en järnvägs spårområde annat än på anordnat övergångsställe.
- Tävlände är skyldig att efter bästa förmåga hjälpa annan tävlande som skadat sig

Öppna motionsklasser (direktanmälan)

Anmälan till öppna klasser/direktanmälan sker mellan klockan 19:00-21:00 på arenan. Start mellan klockan 20:15-21:30, samma start som för tävlingsklasserna.

Banor:	ÖM1 (vit) 2,1 km	ÖM3 (gul) 2,7 km	ÖM5 (orange) 3,5 km
	ÖM7 (blå) 3,0 km	ÖM8 (svart) 4,7 km	ÖM9 (svart) 7,0 km

Anmälningavgift för öppna motionsklasser är 60 kronor för ungdom -HD16 och 100 kronor för övriga. Avgiften faktureras deltagare som är klubbanslutna, övriga betalar kontant vid anmälan.

Speciell ungdomssatsning- U-klasser

För att stimulera och få ännu fler ungdomar att prova på nattorientering erbjuder vi speciella "öppna" ungdomsklasser, även patrullklass. Nybörjarstöd i form av funktionärer finns både vid start och strategiskt utplacerade i terrängen. Dessa funktionärer har reflexväst. För att underlätta för dessa nybörjare är också elljusspåren i tävlingsområdet tända under tävlingen.

Banor:	U2 (vit) 2,1 km	U Patrull (gul) 3,0 km
--------	-----------------	------------------------

Ju fler ungdomar som startar desto större chans att vinna klubbpriset som är skänkt av 10MILA En fri start per distrikt (Stockholm & Sörmland) i ungdomsklassen på 10MILA 2014, Eksjö utlottas. En ”lott” per startande ungdom –D&H16 (gäller även ÖM klasser och U-klasser).

Priser till de tre stockholmsklubbar som har störst procentuell ökning av startande ungdomar relativt årets regionsfinal i ungdomsserien. Första pris- 3st pannlampor. Andra pris- 2st pannlampor. Tredje pris- 1st pannlampa. Samtliga pannlysen från välkända Mila, *modell MIRA NB*. Dessa priser är skänkta av Stockholms Skogskarlar Klubb.

Priserna skänkta av 10MILA respektive Skogskarlarnas Klubb utdelas vid prisutdelningen.

Start

Första start klockan 20:15. Avstånd till start ca 1 500 meter, vit snitsel med rött reklamtryck. Överdragskläder kan tas med till start, dessa transporteras tillbaka av arrangören till arenan och återfås vid serveringen.

Nummerlapp

Skall bäras synligt på bröstet av alla löpare, både Stockholm & Södermanland, i klasserna HD21, HD16 samt HD14. Reklam får inte vikas in eller på annat sätt göras oläslig. Självservering vid starten. Säkerhetsnålar finns.

Terrängbeskrivning

Måttligt kuperad terräng med mestadels god framkomlighet.

De längre banorna går delvis i ett lättlöpt hållmarksområde med mycket god framkomlighet. Området närmast arenan genomkorsas av både större och mindre stigar samt elljusspår. Tät vegetation förekommer i väldigt begränsad omfattning.

Karta

Karta i skala 1:10 000 för samtliga klasser, färgutskriven, ekvidistans 4 m.

Revideringar gjorda 2013 av Gert Pettersson.

Kontrollbeskrivningarna är tryckta på kartan, lösa kontrollbeskrivningar finns även vid starten.

Elljusspår inom tävlingsområdet är tända under tävlingen, dessa är markerade som stig med gul botten.

Lokala kartecken:

X Koja/kojruin (svart färg på kartan)

O Kolbotten (svart färg på kartan)

Snitslad stig

En något otydlig stig är i terrängen markerad med vit snitsel.

Förbjudna områden

All tomtmark är förbjudet område.

Förbjudna områden, som ej är markerade i terrängen, är på kartan streckmarkerade i violett färg.

Förbjudna områden som är markerade i terrängen med svart/gul snitsel är på kartan redovisade med heldragen violett linje. På ett nyplanterat hygge har gångar för passage snitslats upp. Gångar är redovisade på kartan och öppningarna är markerade med reflexer.

Det är tillåtet att springa på golfbanan, dock ej på greenerna, som är markerade som tomtmark på kartan.

Kontroller

Samtliga kontroller är markerade med hängande reflexstav och SI-enhet med kodsiffra. SI-enheten kan vara fastsatt med spännband på träd, på aluminiumställning eller byggd kontrollställning.

Kontrollera kodsiffran noga, det är delvis nära mellan kontrollerna.

Stämplingssystem& stämplingsbekaftelse

Stämplingssystem Sportident. Vid stämpling med Sportident-bricka är det löparens ansvar att försäkra sig om att ljus- & ljudsignal erhålls från kontrollenheten som bekräftelse på att stämplingen är godkänd. Hyrbricka hämtas vid anmälan till direktbanor. Ej återlämnad hyrbricka debiteras med 580 kr.

Ljusförhållanden under tävlingen

”Amatörastronomisk skymning” ett bra mått när himlen är mörk, d.v.s. då solen är 15 grader under horisonten, inträffar klockan 20:14 tävlingsdagen.

Vätska

Vätska i form av vatten och Enervit sportdryck. Vätskestationerna är utmärkta violett fyrkant på kartan. För H21 finns ytterligare en vätskestation vid en kontroll, markerad på kontrollbeskrivningen.

Maxtid & löpare som utgått

Maxtid är 2,5 timmar. Löpare som utgått eller på annat sätt inte passerat mållinjen och avläsningen måste gå till utcheckningen för avläsning av SI-bricka. Löparen kommer annars att registreras som ”kvar i skogen” och ett onödigt eftersök startas.

Toaletter/omklädning/dusch/bastu

Toaletter finns både på arenan, på väg till start och vid starten. Omklädning (inomhus), varmduschkus och bastu finns på arenan.

Sportförsäljning

OL-Specialisten finns på plats (i serveringen) och erbjuder prisvärda orienteringsartiklar. Bla kanonpris på pannlampa från MILA.

Servering

Fullmatat servering inomhus erbjuds!

Viltrapportering

Rapport om i första hand klövvilt, (älg, rådjur etc.) anmäls i serveringen.

Prisceremoni

Prisceremoni för samtliga klasser genomförs ”klustervis” snarast efter respektive klassers avslutande.

Exakt tid för prisceremoni för respektive klass meddelas av speakern.

U-klasserna får pris direkt vid målgång

Ej avhämtade DM-medaljer skickas till respektive löparens klubb.

Övriga priser som ej avhämtas vid prisutdelningen tillfaller arrangören.

Sjukvård

Sjukvård finns på arenan, vid serveringen.

Tävlingskontrollant

Joel Ahlkvist, Skarpnäcks OL

Bankontrollant

Gunnar Langs, Skarpnäcks OL

Tävlingsledning

Lennart Agén, 070-564 17 10, lennart@agen.se

Per-Arne Forsberg, 070-698 49 24, per-arne.forsberg@hotmail.com

Banläggare

Gert Pettersson och Fredrik Forsberg.

Tävlingsjury

Tommy Ljusenius, Skogsluffarnas OK, ordförande

Leif Carlsson, Skarpnäcks OL

Marie Hedar, OK Tor

Upplysningar och tävlingsinformation

Kontakta tävlingsledarna.

Haglöfs Night Trail

I samband med Natt DM arrangeras Haglöfs Night Trail (HNT) med start och mål på arenan.

HNT är ett nytt unikt terränglopp som hade premiär i samband med 190-MILA i våras,

Ett lopp för dig som gillar löpning på natten med pannlampa, du kan välja mellan 5 eller

10km. Efteranmäla på plats på arenan. Läs mer via länken. <http://ntr.10mila.se/>



