



## Banläggarnas ord Södertörnsdubbeln, 28-29 september. Medeldistans lördagen 28 september med UP Långdistans söndagen 29 september

### ***Information från Banläggarna***

Det är riktigt roligt att hälsa er välkomna till OK Södertörns dubbeltävling i det naturfina området kring Mörtsjön. Terrängen som ni kommer att kämpa med är bland det bästa som Södertörn kan erbjuda i orienteringsväg. Bitvis en riktigt ol-teknisk utmaning samtidigt som terrängen på sina ställen inbjuder till hög fart, men bli inte förvånad om kuperingen märks i benen på slutet av banan.

### **Viktiga saker att uppmärksamma!**

#### *Otydliga stigar*

Under den senaste tiden har det tyvärr förekommit en hel del skog som blåst omkull i ett begränsat område. Det innebär att många träd har fallit över stigar och som därför kan vara svåra att följa. Dessvärre berörs de flesta banor av detta område mer eller mindre och framförallt ungdomsbanorna är drabbade. Här har vi markerat stigarna med vit snitsel i skogen, så det skall inte vara några problem att se vart de går.

#### *Kraftledningsarbete*

En annan sak som påverkar kartan en del är ett kraftledningsarbete som pågår för fullt i området. Det finns en kraftledning som genomkorsar tävlingsområdet i väst-östlig riktning, där nya stolpar och ledning skall sättas upp. På sina håll är ledningarna nertagna på marken, men det är helt ofarligt att passera vid eller över dessa. Nya stolpar skall sättas upp parallellt med de gamla, så på något ställe kan det därför ha kommit upp nya stolpar som inte är med på kartan och gamla kan ha tagits bort.

#### *Elstängsel*

På söndagen (långdistansen) kommer de flesta banorna att passera förbi eller genom ett område med ängshagar. Området betas av kreatur som är vana med människor, MEN ängarna omgärdas med el-stängsel. **Varning! Det är mycket obehagligt att ta i detta staket och skall undvikas. Det finns passage genom staketet där stigar går igenom, så försök att utnyttja dessa. Banorna är dragna så att detta skall vara möjligt.**



### *Sista kontrollen*

Sista kontrollen är placerad bägge dagarna på samma ställe på andra sidan gångbron från arenan räknat. Direkt efter stämpling vid sista kontrollen kommer en trafikerad väg att passeras. Vägvakter kommer att finnas för att uppmärksamma löpare och trafikanter vid passage av vägen. **Var extra uppmärksam vid vägövergången!**

### *Branta och hala sluttningar*

Terrängen i området är bitvis mycket kuperad med branta sluttningar. Vid regn kan det bli mycket halt, så ta det försiktigt nerför.

### *Passering av trafikerad väg på medeldistansen*

De längre banorna passerar under lördagen (medeldistansen) en trafikerad väg två gånger. Var uppmärksam på trafik vid passering av vägen.