



Inbjudan till den 43:e ÖSTERÅKERSKAVLEN + MEDELDISTANS

Lördagen den 25:e september 2010

Rak budkavle för ungdomar/juniorer och medeldistansorientering för H/D 21 och uppåt

Budkavlen

| | Sträcka 1 | Sträcka 2 | Sträcka 3 |
|------------|------------------|---------------------------------|-----------------|
| Mix 15-20 | 4,5 km (violett) | 3,5 km (orange) | 6,0 km (lila) |
| D14 | 3,0 km (orange) | 2,5 km (gul, 1-2 extralöpare) | 3,5 km (orange) |
| H14 | 3,5 km (orange) | 2,5 km (gul, 1-2 extralöpare) | 4,0 km (orange) |
| D12 | 2,5 km (gul) | 2,5 km (vit, 1-2 extralöpare) | 3,0 km (gul) |
| H12 | 2,5 km (gul) | 2,5 km (vit, 1-2 extralöpare) | 3,0 km (gul) |
| Inskolning | 2,5 km (grön) | 2,5 km (grön, 1-2 extra löpare) | 2,5 km (grön) |

- I alla klasser kan 1-2 extra löpare anmälas på sträcka 2.
- På inskolningskavlen får "skugga" medfölja på samtliga sträckor.
- Mix 15-20 kan bestå av enbart tjejer, enbart killar eller valfri blandning av både tjejer och killar 15-20 år gamla
- Banlängder är preliminära.

Medeldistans

Herrklass

| | |
|-------------------|--------------|
| H21 (svart) 4,5km | lottad start |
| H35 (svart) 4,0km | Fri starttid |
| H40 (svart) 3,5km | Fri starttid |
| H45 (svart) 3,5km | Fri starttid |
| H50 (svart) 3,0km | Fri starttid |
| H55 (svart) 3,0km | Fri starttid |
| H60 (blå) 2,5km | Fri starttid |
| H65 (blå) 2,5km | Fri starttid |
| H70 (blå) 2,5km | Fri starttid |
| H75 (blå) 2,0km | Fri starttid |
| H80 (blå) 2,0km | Fri starttid |
| H85 (blå) 2,0km | Fri starttid |

Damklass

| | |
|-------------------|--------------|
| D21 (svart) 3,5km | lottad start |
| D35 (svart) 3,0km | Fri starttid |
| D40 (svart) 3,0km | Fri starttid |
| D45 (svart) 2,5km | Fri starttid |
| D50 (blå) 2,5km | Fri starttid |
| D55 (blå) 2,0km | Fri starttid |
| D60 (blå) 2,0km | Fri starttid |
| D65 (blå) 2,0km | Fri starttid |
| D70 (blå) 2,0km | Fri starttid |
| D75 (blå) 2,0km | Fri starttid |

Öppna klasser samt inskolning:

| Inskolning | 2,5km (utan tidtagning) |
|-------------|------------------------------------|
| Ö1 (vit) | 2,5km |
| Ö2 (gul) | 3,5km |
| Ö4 (orange) | 3,0km |
| Ö5 (röd) | 4,0km |
| Ö7 (blå) | 3,0km |
| Ö8 (svart) | 5,0km |
| Ö10 (grön) | Inskolning 2,5 km (med tidtagning) |

Direktanmälan till öppna klasser och inskolning. Vid få anmälda kan klasser komma att sammanslås. Banlängder är preliminära.

Kartskala

1:10 000 reviderad 2010, ekv. 4 m

Anmälan, NYTT!

Anmälan via Eventor, senast måndag den 13:e september.

Efteranmälan

Senast onsdagen den 22 september mot 50 % förhöjd avgift.

Stämplingssystem

SportIdent. Ange briccknummer i anmälan. Löpare utan angivet briccknummer tilldelas hyrbricka á 20 SEK. Förlorad hyrbricka debiteras 250 SEK.

SportIdent-pinnar version 9.0 kan EJ användas.

Anmälningavgift

240 SEK per lag i Mix 15-20, 150 SEK + 50 SEK/extralöpare per lag i övriga klasser.

Individuella klasser (faktureras i efterskott):

HD 17– 90 SEK

Öppna klasser (faktureras i efterskott)

Kan köpas mellan 09:00 – 11:00

HD17– 90 SEK

Första start

Österåkerskavlen 11:00.

Medeldistans HD/21 10:00.

Medeldistans övriga klasser, fri starttid 09:30-11:30

Öppna klasser (direktanmälan) fri starttid 09:30 - 12:00

Miniknat Ja

Servering Ja

Sportförsäljning: Ja

Samling

Vägvisning från väg 276, 7 km NO Åkersberga C vid avfart mot Skeppsdal. SL-bussar från Åkersberga C till Skeppsals vägska, därefter promenad ca 3 km till TC.

Terräng

Tävlingsområdet är väl anpassat för såväl Nybörjare som Elitlöpare. Vi erbjuder ledstångsorientering efter stigar, ängar, diken och kraftledningar för de lätta banorna. Till de svårare banorna öppen skog med detaljrika höjdparter med inslag av hållmarker, öppna mossar och småskurna terrängavsnitt. Banorna kommer även att gå längs stora detaljfattiga sluttningar. Kuperingen är måttlig till stark och framkomligheten är varierande men väl redovisad på kartan.

Dusch och toa

Utomhus

Klubblista och PM

<http://www.okosteraker.se>

Övernattning

Önskemål om övernattning mejlas till: info@okosteraker.se

Banläggare

Anders & Märten Holmström.

Upplýsingar

Frej Fernström, tävlingsledare, 08-540 202 63, 0701-13 53 73

Mail: info@okosteraker.se