



Haninge SOK
inbjuder till



Sprintstafetten 2014

lördagen den 25 oktober



Klassindelning och banlängder

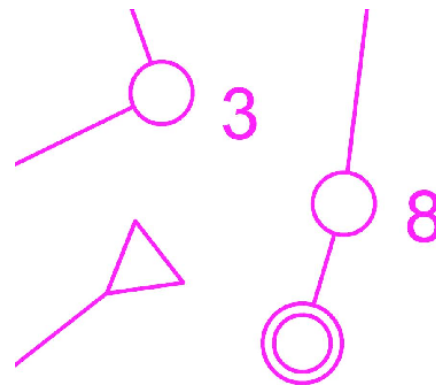
Vi erbjuder en sprintstafett med tre sträckor.

Sträcka 1	1 500 meter	vit bana
Sträcka 2	2 500 meter	röd bana
Sträcka 3	3 600 meter	röd bana

Alla lag tävlar i samma klass. Lagsammansättningen är fri. I laget kan löpare med olika klubbtilhörighet ingå.

Tävlingsform

Sprintstafetten är en stafett med tre sträckor. Inga gafflingar förekommer. Tävlingen börjar med gemensam start för alla som springer sträcka 1. När löparna på första sträckan kommer till varvnings- och publikkontrollen växlar de ut sträcka två. Sträcka 1 fortsätter sin bana till mål. Sträcka 2 springer sin bana fram till varvnings- och publikkontrollen där de växlar ut till sträcka 3. Sträcka 2 fortsätter sin banan till mål och sträcka 3 springer hela sin bana. Det lag som först har alla tre löpare i mål vinner.



Växling vid varvnings- och publikkontrollen, kontroll 3.

Öppna banor

Vi erbjuder tre öppna banor.

1 500 meter	vit bana
2 500 meter	röd bana
3 600 meter	röd bana

Start mellan 13.00 och 14.00.

Välkomna önskar Haninge Skid & Orienteringsklubb



Haninge SOK
inbjuder till



Sprintstafetten 2014

Anmälan

Senast söndagen den 19:e oktober kl. 23.59 till haningesok@hotmail.com. Ange antal lag, lagmedlemmar, samt lagmedlemmarnas bricknummer samt faktureringsadress.

Anmälningsavgift

Anmälningsavgiften är 235 kronor per lag.

För öppna banor kostar det 55 kr för ungdom och 90 kr för vuxen. Anmälan sker direkt på plats mellan 12.30–13.30.

I och med anmälan medges publicering av namnet enligt PUL på Internet.

Avgifter faktureras via e-post i efterhand. Se till att klubbens e-postadress i Idrott Online är giltig! Betalningsvillkor 30 dagar.

Efteranmälan

Efteranmälan av lag tas emot till och med onsdag 22:a oktober klockan 22.00. Efteranmälan görs till haningesok@hotmail.com.

Samling

Haninge SOKs klubbstugan vid Rudans friluftsområde i Handen. Gångavstånd ca 400 meter från Handens pendeltågstation, södra uppgången. Det tar 5 minuter att gå.

Parkering

Parkering vid Haninge SOKs klubbstuga. Åk gärna kollektivt.

Start

Gemensam start för stafetten klockan 13.00. Starten är vid klubbstugan.

För öppna banor är första start efter första sträckan på stafetten har startat, ca 13.00 till -14.00.

Karta

Karta är ritad enligt sprintnorm 2010 och delvis reviderad 2013. Skala 1:5 000, ekvidistans 2 meter. Samtliga kartor är digitalt utskrivna.

Terrängbeskrivning

Till största delen skogsterräng med svag till måttlig kupering. En hel del stigar och mindre vägar förekommer liksom ett område med öppen mark. En mindre del av banorna går fram i bebyggelse. Mestadels god framkomlighet.

Stämplingssystem

SportIdent. Avgift för hyrbricka är 25 kronor. Borttappad bricka debiteras klubben med 350 kronor.

Service vid arenan

Dusch inomhus med begränsad platstillgång. Servering med hembakt.

Tävlingsledare och banläggare

Tävlingsledare Johanna Almlund, johanna.almlund@telia.com, 0765-27 75 66, banläggare Joakim Skärlén.

Välkomna önskar Haninge Skid & Orienteringsklubb