



LOVÖ-DUBBELN



PM Nationell Orienteringstävling 4 september 2010 Långdistans

- Samling** Vägvisning från Ekerövägen/väg 261 avfart Lambarudd.
- Kollektivtrafik** Buss 323 från Brommaplan T-bana till hpl. Strömdal. Promenad snitslad ca 600 m. OBS! Få avgångar
- Parkering** Parkering på anvisade platser. Avstånd parkering till TC 1000m. Avgift 20 kr.
- Start** Första ordinarie start 10.00.
Till start samtliga klasser, orange/vit snitsel 350 m. Inga toaletter vid start.
- Sammanslagna/
strukna klasser** Anmäld löpare i klass D 18 har flyttats upp till klass D 20
- UP** Tävlingen ingår i UP för klasserna H/D 12 – 16
Enligt beslut från StOF tillkommer en avgift på 5 kr per deltagare i UP-klasserna
- Direktanmälan/
öppna klasser** Anmälan på TC mellan 09.30 – 11.30, start mellan 10.00 – 11.45

Banlängder	Klass	km	Klass	km	Klass	km	Klass	km
	Insk	1,9						
	D 10	2,1	D 40	4,4	H 10	2,1	H 45	6,4
	D 12	2,6	D 45	4,4	H 12	2,6	H 50	5,7
	D 14	3,2	D 50	3,5	H 14	3,6	H 55	5,7
	D 16	4,3	D 55	3,5	H 16	5,6	H 60	4,6
	D 18	4,6	D 60	3,5	H 18	6,7	H 65	4,4
	D 20	4,6	D 65	3,0	H 20	6,7	H 70	4,4
	D 21	5,4	D 70	2,3	H 21	9,0	H 75	3,0
	D 35	4,6	D 75	2,3	H 35	7,1	H 80	3,0
					H 40	6,7	H 85	2,3
	Klass	km	Klass	km	Klass	km	Klass	km
	Ö 1	2,2	Ö 7	3,0	U 1	2,0	H 21 M	7,1
	Ö 2	2,6	Ö 8	5,4	U 2	2,1	H 45 M	5,4
	Ö 3	4,5	Ö 9	7,2	U 3	2,6	D 21 M	4,6
	Ö 4	3,0			U 4	3,2	D 45 M	3,1
	Ö 5	4,3						
	Ö 6	5,6						



LOVÖ-DUBBELN



Nummerlappar Klasserna H/D 12 – 16 skall bära nummerlappar, nummerlapparna finns på väg till start

Stämpnings-system Sportident. Tävlände som i anmälan ej angett SI-nummer tilldelas hyrbricka.. Avgift 25 kr. Borttappad SI-pinne debiteras med 300 kr. Om SI-enhet ej fungerar skall stiftklämma användas.

Målgång Samtliga deltagare måste passera mål för utstämpling
Även löpare som utgått måste passera mål för registrering.
Hyrda SI-pinnar återlämnas efter utstämpling.

Maxtid 2,5 tim

Karta Skala 1:15.000 för klasserna H/D 16 – H/D 21 ekvidistans 4 m
Övriga klasser 1:10 000 ekvidistans 4 m
Lösa kontrollbeskrivningar.

Terräng Måttlig till lätt kupering i mestadels god framkomlighet. Viss gallring har skett i tävlingsområdet vilket i vissa partier kan minska framkomligheten. Några otydliga stigar som berör de kortaste banorna har i terrängen förtydligats med vit snitsel.

Vätska För H 21 finns vätska vid kontroll i skogen, utmärkt på banan, självservering.

Priser Priser i ungdomsklasserna samt H/D 21:
Prisutdelning kommer att ske så snart klasserna är klara

Dusch/toa Dusch och toaletter i anslutning till TC.
OBS inga toaletter vid start

Övrigt Välsorterad marka med hembakat samt grill
Barnpassning, öppen från 09.30, avgift 20 kr
Miniknat, öppet 09.30 – 11.30, avgift 20 kr
Sjukvård, i anslutning till mål
Sportförsäljning genom Orienteringsspecialisten

Tävlingsregler SOFT´s tävlingsregler gäller

Banläggare Mats Zackrisson

Tävlingsledare Christer Nordström, 010-480 55 70

Varmt Välkomna!

OKÄÖ & BVSOK