



## PM (rev I)

### Attunda långdistans 18 april 2015

#### Vägvisning

Tag av från E18 mellan Stockholm och Enköping vid trafikplats 150, Brunna. ( 59° 29.770'N, 17° 44.658'O)

Följ skyltning mot Livgardet (Granhammarsvägen)

Efter c:a 2,5 km sväng vänster mot Gällöfsta (59° 30.863'N, 17° 45.609'E) därefter ca 4km till arenan vid Tranbygge.

Tilltransport via Håbo-Tibble, söderut över skjutfältet till Tranbyggevägen är förbjudet och endast tillåtet för fordon med särskilt körtillstånd.

Parkering i anslutning till arenan vid Tranbygge. P-avgift 30:-.

SL-buss 557 från Kungsängens station stannar vid arenan, hållplats Tranbygge. Lördag förmiddag går en buss 08.05 från Kungsängen, framme vid arenan 08.23.

Återresa 13.07 från Tranbygge.

#### Klasser och banlängder

|          |     |     |     |          |      |     |     |                         |     |
|----------|-----|-----|-----|----------|------|-----|-----|-------------------------|-----|
| D10      | 2.5 | D35 | 5.9 | H10      | 2.5  | H35 | 8.1 | Inskolning              | 1.7 |
| D12      | 2.9 | D40 | 5.0 | H12      | 2.9  | H40 | 7.6 | U1                      | 2.9 |
| D12 Kort | 2.5 | D45 | 4.5 | H12 Kort | 2.5  | H45 | 6.5 | U2                      | 2.5 |
| D14      | 4.0 | D50 | 4.0 | H14      | 4.0  | H50 | 6.0 | Öppen motion 1 (vit)    | 2.5 |
| D14 Kort | 2.9 | D55 | 4.0 | H14 Kort | 2.9  | H55 | 5.5 | Öppen motion 3 (gul)    | 2.9 |
| D16      | 4.5 | D60 | 3.5 | H16      | 5.6  | H60 | 5.0 | Öppen motion 5 (orange) | 3.8 |
| D16 Kort | 3.8 | D65 | 3.5 | H16 Kort | 3.8  | H65 | 4.5 | Öppen motion 7 (blå)    | 3.0 |
| D18      | 5.0 | D70 | 3.0 | H18      | 6.5  | H70 | 4.0 | Öppen motion 8 (blå)    | 4.8 |
| D20      | 5.5 | D75 | 3.0 | H20      | 7.6  | H75 | 3.5 | Öppen motion 9 (svart)  | 7.4 |
| D17-20 K | 4.5 | D80 | 2.2 | H17-20 K | 5.6  | H80 | 3.0 |                         |     |
| D21      | 7.1 | D85 | 2.2 | H21      | 10.5 | H85 | 2.2 |                         |     |
| D21 Kort | 5.0 |     |     | H21 Kort | 8.1  |     |     |                         |     |

Det finns dessutom möjlighet att springa banorna från Natt-SM:

- Öppen Motion 10 – H21 14.6 km
- Öppen Motion 11 – D21 9.5 km
- Öppen Motion 12 – H20 10.5 km
- Öppen Motion 13 – D20 6.7 km
- Öppen Motion 14 – H18 8.4 km
- Öppen Motion 15 – D18 5.6 km

## Start

H18, D18, H20, D20, H21, D21 har lottad starttid enligt startlista. Övriga klasser har fri minutstart mellan kl. 10.00 och 12.00. Följ startpersonals anvisningar.

### Start 1

650 m grusväg, orange/vit snitsel. Vägen till start går en kortare bit parallellt med ungdomsbanor på väg till mål.

Klasserna: HD18-HD85, H16, D16, ÖM7, ÖM8, ÖM9

### Start 2

1200 m äng och grusväg, orange/blå snitsel.

Klasserna: HD10, HD12, HD12K, HD14, HD14K, HD16K, INSK, U1, U2, ÖM1, ÖM3, ÖM5.

### Start 3

1200 m äng och grusväg, orange/blå snitsel.

Klasserna: ÖM10, ÖM11, ÖM12, ÖM13, ÖM14, ÖM15 (=Natt-SM banor).

Löparen får kartan vid samma startplats som start 2 därifrån 850m till startpunkt där startstämpling sker.

## Mål

Alla klasser från Start 1 samt HD14, HD16K och ÖM5 har utbrutet mål. Målet ligger i anslutning till start 1. Efter målstämpling måste alla löpare direkt återvända till arenan och där läsa av SI-pinnen vid sekretariatet.

Övriga klasser från start 2 och start 3 har målgång på arenan.

## Myndighetsinformation

Tävlingen genomförs på Livgardets övnings- och skjutfält. Försvarmakten gör alltid sitt yttersta för att inte lämna kvar några farliga ammunitionseffekter. Men fältet är stort – därför händer det att farliga föremål blir kvar. Det är därför viktigt att du som löpare är extra försiktig, och att aldrig röra vid något okänt föremål.

Om du hittar något som skulle kunna vara ammunition eller annat du är osäker på – RÖR INTE! Kontakta tävlingsexpeditionen så snart du kommit i mål.

### Undantag från varnings- och stoppskyltar

De skyltar som varnar för militära aktiviteter i området kan ignoreras. Under tävlingen pågår inga skjutningar eller övningar i tävlingsområdet.

### Fotografering

På arenan och i tävlingsområdet råder ett generellt fotograferingsförbud som finns publicerat på skyltar. Under tävlingen är dock fotografering tillåten med begränsningen att det inte tillåtet att fotografera eller filma kassuner eller förrådsbyggnader på arenan.

## Kontrollbeskrivning

Lösa kontrollbeskrivningar för alla klasser samt tryckt på kartan för klasser som startar vid start 2.

## Karta

Skala 1:15 000 för HD16-HD21, Skala 1:7500 för HD60- och ÖM7, övriga klasser Skala 1:10 000. Nyritad från laserskannad höjddata 2012. Reviderad 2014-2015.

## Maxtid

2,5 timme.

## Stämplingssystem

SportIdent. Om eget bricknummer inte anges vid anmälan tilldelas hyrbricka för 30 kr/bricka.

## Hyrbrickor

Hämtas i sekretariatet. Ej återlämnad hyrbricka debiteras med 400 kr.

## Direktanmälan

Öppna motionsklasser och Inskolning samt ett antal vakansplatser i ungdomsklasserna. Anmälan Öppna motionsklasser i sekretariatet 09:30 – 11:30 med fri starttid mellan 10:00 och 12:00.

Kostnad: Öppna motionsklasser 65 kr för ungdom upp till 16 år och 110 kr för övriga som betalas kontant eller fakturas klubbvis för klubbanslutna. Det går att hyra SI-bricka på tävlingsdagen, 30 kr/bricka

## Överdragskläder

Ingen transport av överdrag från starten

## Löpare som utgått

Löpare som utgått eller på annat sätt inte passerat mållinjen och avläsningen måste gå till utcheckningen för avläsning av SI-bricka.

## Förbjudet område

Respektera på kartan markerade förbjudna områden.

## Viltrapport

Vid röd utgång.

## Första hjälpen

Finns på arenan .

## Dusch

På arenan. Inomhus för damer, duschtält för herrar.

## Toaletter

Finns på tävlingsarenan samt vid start 2.

## Servering

Inomhus på arenan med försäljning av smörgåsar, hamburgare och varm dryck.

## Prisutdelning

Prisutdelning sker i följande klasser.

DH10 – DH16. Från DH18 och uppåt lottas priser bland vinnarna. Antal priser i varje klass anslås på resultattavlan på TC. Inskolning och U-klasser, pris till samtliga vid målgång. Ej uthämtade priser tillfaller arrangören.

## Sportförsäljning

Orienteringsspecialisten

## Barn

Vi erbjuder inte barnpassning eller miniknat på denna tävling. Anmälan till Inskolning kan göras vid direktanmälan.

## Tävlingsregler

Svenska Orienteringsförbundets tävlingsregler med tillägg av detta PM.

## Kontakt

|                      |               |               |
|----------------------|---------------|---------------|
| Tävlingsledare       | Erik Daniels  | 073-408 29 47 |
| Bitr. tävlingsledare | Håkan Redtzer | 070-915 48 35 |

## Upplysningar och frågor

Mejlas till [natt-sm@attundaorientering.se](mailto:natt-sm@attundaorientering.se)

## Sponsorer

