

Världens bästa klubb vinner



# Tävlings-PM

## 25manna 2015



Lördagen den 10 oktober

### Upplysningar

Hemsida: [www.25manna.nu](http://www.25manna.nu)

Förfrågningar: [info@25manna.se](mailto:info@25manna.se)

På arenan: Vid infotältet

Särskilda PM för trafik/parkering, servering och logi publiceras på [www.25manna.nu](http://www.25manna.nu) och Eventor. Slutligt PM publiceras på tävlingsdagen på arenan. Det är tävlandes ansvar att ta del av PM.

### TÄVLINGSINFO

#### Tävlingsarena

Lövsättra i Vallentuna kommun c:a 25 km norr om Stockholms centrum.

#### Bilparkering

På anvisad plats, 100-1 000 m från arenan

#### Bussavstigning

På anvisad plats enligt PM för trafik/parkering, 2 500-2 800 m från arenan. Gångväg till arenan på stig i skog, åkermark samt grusväg. Inte helt barnvagnsvänligt.

#### Bussparkering

På anvisad plats enligt PM för trafik/parkering.

#### Kollektivtrafik

T-bana från T-centralen kl 9:03 röda linjen mot Mörby centrum, avstigning vid Danderyds sjukhus, sedan buss 626 mot Linanäs och byte vid Kundvägen till buss 615 mot Ullna och avstigning vid Lövsättra vägskaäl kl 9:58. Sedan grusväg 1,2km – 1,5km. Se sl.se för reseförslag. Se även trafik-PM om ev extraturer.

Fn går endast en buss per dag till Lövsättra vägskaäl på morgonen. Reservation för ändringar i tidtabellen.

#### Lagkuvert

**Om klubbens alla avgifter är betalda** får varje lag ett lagkuvert innehållande nummerlappar, programtidningar m.m. Kuvertet hämtas klubbvis vid infotältet på arenan från kl. 7.00 på tävlingsdagen. Kuvertet ska uppvisas vid kartutlämningen efter tävlingen.

**OBS! Ta med egna säkerhetsnålar till nummerlapparna.**

#### Vindskydd/klubbttält

Vindskydd/klubbttält får endast sättas upp på anvisad och i förväg bokad plats. Information om klubbens platser finns på hemsidan, på infotavlor och vid infotältet.

#### Hyrbrickor

Hyrbrickor (Sl-brickor) hämtas lagvis vid infotältet. Brickorna ska återlämnas lagvis i samband med hämtningen av tävlingskartorna efter omstarten. Borttappad hyrbricka debiteras med 600 SEK.



Världens bästa klubb vinner



### Laguppställning

Laguppställning registreras på [eventor.orientering.se](http://eventor.orientering.se) fram till och med fredagen den 9 oktober kl. 21.00. Förändringar därefter görs på lagändringsblankett som finns i lagkuvertet och som lämnas till info-tältet på tävlingsdagen senast kl. 8.30. Efter tävlingens slut, fram till och med onsdagen den 14/10, kan endast smärre justeringar göras i laguppställningarna för att få en korrekt resultatlista. Löparna på parallellsträckorna ska registreras i den ordning de ska gå ut på respektive sträcka.

### Skor och klädsel

Spikskor är förbjudna, men dobskor med hårdmetalldubb är tillåtna. Heltäckande klädsel gäller enligt SOFT:s tävlingsregler. Klädselkontroll sker vid incheckningen.

### Nummerlappar

Nummerlappen ska bäras väl synlig på bröstet och får inte vikas in. Med tanke på miljön delas inga säkerhetsnålar ut. **OBS! Ta med egna säkerhetsnålar. Det är viktigt att löparna använder den nummerlapp som stämmer överens med deras plats i inlämnad laguppställning.**

### Start och målgång

Gemensam start för första sträckan kl. 9.00. Löparna ska vara i startfällan senast kl. 8.45. Samtliga löpare måste gå in i startfällan via incheckningen, där SI-brickorna töms och knyts till rätt löpare. **Kom i god tid för att undvika kö!** Målgång för segrande lag är beräknad till kl. 14.12.

### Tävlingsmetod

Gemensam start på sträcka 1, där alla oavsett kön och ålder får starta. På sträcka 2 får endast damer starta. Sträcka 1 och 2 löps av en deltagare per lag och sträcka. På sträcka 3 - 7 löper fyra deltagare per lag och sträcka. Sträcka 23 - 25 löper en deltagare per lag och sträcka. Löparen på sträcka 23 får inte starta förrän alla fyra löparna på sträcka 7 har kommit in för växling (se vidare under rubriken "Växling").

### Damerna avgör

I år är det herrarnas tur att inleda och damernas tur att ta sista sträckan.

### Lagsammansättning

I laget får ingå max 9 stycken H21-39 och minst 7 stycken damer ska ingå. Av damerna skall minst en vara upp till D14 eller D45 och äldre och minst en vara upp till D18 eller D35 och äldre. Dessutom ska minst en HD16 eller yngre finnas med i laget. Sammansatta lag tillåts delta enligt SOFT:s tävlingsregler.

### Sträckinformation

Sträck a	Antal Löpare	Banlängd	Start	Beräknad löptid	Växel / Mål	Gaffling	Svårighet	Rätt att delta
1	1	7,6	09:00	40 min	09:40	Ja	Blå	Alla
2	1	5,1	09:40	32 min	10:12	Ja	Blå	Damer
3	4	4,3	10:12	29 min	10:41	Ja	Röd	Damer
4	4	2,5	10:41	15 min	10:56	Ja	Vit	Ej D19-39, H15-54
5	4	6,1	10:56	35 min	11:31	Ja	Blå	Alla
6	4	4,3	11:31	25 min	11:56	Ja	Röd	Ej H17-39
7	4	5,3	11:56	34 min	12:30	Ja	Röd	Alla
23	1	3,9	12:30	21 min	12:51	Nej	Orange	Ej D19-34, H15-49
24	1	9,0	12:51	46 min	13:37	Nej	Blå	Alla
25	1	6,0	13:37	35 min	14:12	Nej	Blå	Damer

I ovanstående banlängder är c:a 300 meter snitsel till startpunkten ej inräknad.



Världens bästa klubb vinner



### Karta

Skala 1:10 000, nyritad av Ia Lillstrand 2014-2015, ekvidistans 5 m. Offset, Affärstryckeriet.  
Bantryck och kontrollbeskrivning är tryckta i violett färg på kartan.

**I vissa områden sitter kontrollerna nära varandra. Kontrollera kodsiffran noga.**

### Terrängbeskrivning

Skogsmark med inslag av öppen mark. Måttlig detaljrikedom. Svag till måttlig kupering. Området genomkorsas av ett antal större och mindre stigar. Framkomligheten är mycket god, endast ett fåtal områden med begränsad framkomlighet finns.

### Elektroniskt stämplingssystem – Sportident

Löparbrickor av typen SIAC "Touch-free" kan INTE användas.

### Streckkod för incheckning

Ingen föranmälan av SI-nummer görs. SI-brickorna knyts till lag och sträcka i samband med incheckningen. All inpassage av löpare till starten eller växlingsfällan ska ske genom incheckningen, norr om växlingsfällan. Där töms först brickan genom stämpling i tömningsenhet. Därefter scannas streckkoden på nummerlappen och SI-brickan knyts till lag och sträcka. Endast löpare med nummerlapp och SI-bricka släpps in genom incheckningen.

**OBS: Varje SI-bricka får endast användas en gång under tävlingen.**

Lagledare har en egen ingång till växlingsfällan och ska inte passera incheckningen.

### Ingen sträcka har startstämpling!

Varje kontroll har minst två stämplingsenheter. Stämplingen är korrekt utförd när kontrollenheten indikerar med blinkande röd ljussignal och ett pip. Det är löparens ansvar att kontrollera att stämplingen har registrerats. Om någon enhet inte fungerar, ska löparen stämpla i annan enhet vid kontrollen. Saknad stämpling innebär diskvalifikation, även om det finns vittnen på att löparen varit vid kontrollen. Ta det lugnt och var noggrann vid varje kontroll. Erfarenheten visar att det är lätt att uppfatta och höra en annan löpares stämpling som sin egen! Titta på ljussignalen.

### Växling (ny rutin i år)

På upploppet springer löparen in i den fälla som överensstämmer med sträcknummer och nummerlappens reklam. I höjd med mållinjen ska växlingsstämpling göras för alla sträckor utom 25:e (se Målgång). Efter stämpling lämnas kartan.

Vid kartplanket hämtar löparen översta kartan märkt med lagets nummer och sträcka och fortsätter sedan fram till avspärmingen till växlingsfällan och lämnar där över kartan till nästa lagmedlem.

**Andra sträckans** löpare ska ta fyra kartor och fritt fördela dessa till tredje sträckans löpare. För att minska trängseln är det tillåtet för tredje sträckans löpare att fördela kartorna inom laget innan de passerat åkern och sprungit in i skogen på väg mot startpunkten.

Se upp för kartvarvning! Detta riskeras när t ex första löpare i laget från sträcka fyra kommer in för växling innan den sista löparen på sträcka tre har växlat. Löparen på sträcka fyra ska då växla med första kartan på sträcka fem, alltså inte den översta kartan som sitter uppsatt på kartplanket.

När **sträcka sju** kommer in för att växla tar de tre först inkomna löparna den översta färgade "blindkartan" och lämnar den till löparen på sträcka 23. Löparen på sträcka 23 får slutligen den riktiga



Världens bästa klubb vinner



kartan av lagets sist växlande löpare på sträcka 7. 23:e sträckans löpare lämnar de tre blindkartorna till funktionär på väg till startpunkten.

**Växeln stänger kl. 15.45.**

#### Viktigt

- Töm SI-brickan vid ingång till incheckningen, där nummerlappen scannas och kopplas till SI-brickan. Kom i god tid!
- Växlingsstämpla på mållinjen, målstämpla på sträcka 25 enligt nedan.
- Ta rätt karta och se upp för kartvarvning.

**Endast tävlande och lagledare får vistas i växlingsfällan.**

#### Målgång sträcka 25

För att underlätta en spurtstrid för de 50 första lagen sker målstämpling efter mållinjen. Passering av mållinjen avgör lagens placering och löparna ska sedan målstämpla i samma ordning som de passerade mållinjen. Vid tvist avgör måldomare. Lag med sämre placering än 50 målstämplar på mållinjen.

#### Avläsning

Görs snarast möjligt efter växling eller målgång. Det är viktigt för att få aktuella resultatlistor på resultatavlan! Det är löparens ansvar att SI-brickan blir avläst!

#### Felstämpling/Röd utgång/Diskvalificering

Om inte avläsningen godkänns hänvisas löparen till "Röd utgång" för att få besked om orsaken. Om löparen har felstämplat, brutit mot gällande tävlingsregler eller innehållit i detta PM diskvalificeras laget. Ett informationsblad om att laget diskvalificerats, och anledningen till detta, lämnas till den drabbade löparen.

Om laget vill protestera ska lagledaren lämna skriftlig protest till klagomuren inom 30 minuter efter tidpunkten som är angiven på ovan nämnda informationsblad.

Lag som har felstämplat får fullfölja tävlingen förutsatt att laget är minst 30 minuter efter ledande lag. Laget kommer annars att kvarhållas vid växling tills 30 minuter har gått. Kvarhållandet verkställs när protesttiden gått ut och ev. protest inte godkänts.

#### Fel karta

Lag som tar ett annat lags karta diskvalificeras. Lag som drabbas får en ny karta av funktionär vid kartplankets slut, men får ingen tidskompensation. Kontrollera alltid att kartans lagnummer och sträcka är rätt! Det är löparnas ansvar att växla med rätt karta.

#### Snitslingar

På tävlingskartan finns en stig tryckt med violett, denna är väl röjd i skogen och snitslad med röd/vit snitsel i terrängen (berör främst str. 4). På slutet av banorna passeras ett område med endurostigar. I detta begränsade område kan stigar tillkomma sent in på tävlingen. Om så sker kommer de stigar som finns redovisade på kartan och utgör ledstänger för str 4 att markeras med vit snitsel i terrängen.

#### Förbjudna områden

Förbjudna områden är på kartan markerade med rött raster och i terrängen med blå/gul snitsel. Kontrollanter finns i terrängen. Beträddelse av förbjudna områden innebär ovillkorligen diskvalificering.



Världens bästa klubb vinner



### Omstart

**Växeln stänger kl. 15.45.** För de löpare som då inte har hunnit starta ordnas **gemensam omstart kl. 16.00.** I omstarten får även löpare från lag som brutit eller diskvalificerats delta. Alla löpare i omstarten måste gå in genom incheckningen för att tömma, checka och koppla sina SI-brickor till nummerlappen. På grund av risk för trängsel ombeds löparna att vara ute i god tid innan omstarten. Följ startfunktionärernas instruktioner.

**Starten sker från kartplanket.**

### Målet stängs

Alla tävlande ska vara i mål senast kl. 18.00, då målet stängs.

### Tävlingsregler

Svenska Orienteringsförbundets tävlingsregler gäller.

## SERVICE

### Dusch och toaletter

Varmdusch utomhus finns sydöst om arenan. Avstånd ca 750 meter.

Toaletter finns i den norra delen av arenan öster om sportförsäljningen, samt i växlings- och duschområdet.

### Sjukvård

Första hjälpen finns strax bakom målet.

### Viltobservationer

Löpare som observerar vilt ska rapportera detta till viltrapporten efter avläsning.

### Varvning

Sträcka 1 och 24 har varvning inne på arenan.

### Resultatservice

Under tävlingen redovisas preliminära resultat. Slutliga resultat kommer att finnas på Eventor samt på hemsidan [www.25manna.nu](http://www.25manna.nu). Korrekt laguppställning i resultatlistan förutsätter att lagen lämnat in korrekt laguppställning senast på tävlingsdagen.

### Kartutlämning/Återlämning av hyrbrickor vid infotältet

Efter omstarten lämnas kartorna ut per lag mot uppvisande av lagkuvert. Lag som har hyrbrickor ska återlämna dem lagvis, detta är ett krav för kartutlämning. Kom ihåg även de SI-brickor som använts av omstartslöparna.



Världens bästa klubb vinner



### Prisceremoni

Prisceremonin startar kl. 15.00 vid ceremoniplatsen öster om målet intill skogskanten.

- Vandringspris till segrande lag.
- Lag 1 – 3 Lagplakett, hederspris samt 25mannaplakett till samtliga deltagare
- Lag 4 – 10 Lagplakett och 25mannaplakett till samtliga deltagare
- Lag 11-25 Lagplakett
- Bästa 2:a lag Lagplakett
- Bästa 3:e lag Lagplakett

### Motionsorientering med direktanmälan

Banor som erbjuds:

ÖM1	2,1 km	vit
ÖM3	2,5 km	gul
ÖM5	3,4 km	orange
ÖM7	3,0 km	blå
ÖM8	4,7 km	svart

Motionsorientering med start och mål är vid arenans södra del. Direktanmälan görs där mellan kl. 8.30 och 13.30. Start får ske mellan kl. 9.15 och 14.00. Avgiften är 70 SEK upp till och med 16 år och 115 SEK för övriga. Hyra av SI-bricka kostar 50 SEK. Förlorad SI-bricka debiteras med 600 SEK. Avgifterna faktureras respektive klubb(gäller svenska klubbar) eller betalas kontant.

### Miniknat

Miniknat finns på arenans sydöstra del med start kl. 9:30-14:00. Kostnaden är 30 SEK per deltagare. I avgiften ingår ett pris som varje deltagare får vid målgång.

### Servering

En väl sorterad servering med mat och grill finns vid arenans norra del. Det finns även en kiosk i den södra delen. Meny och priser kommer att anslås på hemsidan.

Förbeställning av matpaket till klubbar för egen tillredning erbjuds, de beställs i Eventor senast 4 oktober. Paketerna utlämnas vid serveringen mellan kl. 7:30-9:30.

### Sportförsäljning

Väl sorterat sortiment i Jobber Sports regi finns på arenan.

### Massage

Dala Massage Team kommer att finnas på plats på 25manna och de erbjuder idrottsmassage samt rehabilitering. De kommer att ha ett tält på arenan, lördag 8-17 samt på söndag 9-15.



Världens bästa klubb vinner



#### Tävlingsledning

Åsa Bergström Täby OK, Marianne Carlberg  
Vallentuna-Össeby OL, My Rönnols Täby OK  
[info@25manna.se](mailto:info@25manna.se)

#### Banläggare

Peter Nordström, Täby OK  
Pelle Carlberg, Vallentuna-Össeby OL

#### Information

My Rönnols, Täby OK  
[info@25manna.se](mailto:info@25manna.se)

#### Pressansvarig

Petra Ljungdell, Täby OK  
Niklas Bergström, Täby OK,  
[press@25manna.se](mailto:press@25manna.se)

#### Huvudspeaker

Ola Jodal

#### Bankkontrollant

Lars-Håkan Sandvik, Attunda OK

#### Tävlingsadmin

Johan Hofstedt, Vallentuna-Össeby OL

#### Tävlingsteknik

PerÅke Carlenstam Väsby OK, Bengt Eriksson  
Väsby OK

#### Arenaansvarig

Lena Granér, Järfälla OK

#### Tävlingskontrollant

Ola Kåberg, OK Ravinen

#### Tävlingsjury

Anders Eriksson Uppland(ordförande)  
Kerstin Tjämlund Blekinge  
Leif Gustavsson Dalarna

# Välkomna till 25manna 2015

Ver 2015-09-28 Ändring gulmarkerad, 2015-09-22 (2)

