



PM Höstlunken 2015

Klassindelning, banlängder och skala:

Ungdomsklasser			Huvudklasser			Öppna Motionsklasser		
H12	3,5 km	1:10 000	H21A	16,7 km	1:15 000	ÖM3	3,4 km	1:10 000
D12	3,5 km	1:10 000	H21B	12,9 km	1:15 000	ÖM7	3,8 km	1:10 000
HD12	3,4 km	1:10 000	D21	10,4 km	1:15 000	ÖM8	5,2 km	1:10 000
H14	5,9 km	1:10 000	H17-20	13,0 km	1:15 000	ÖM9	8,4 km	1:10 000
D14	5,0 km	1:10 000	D17-20	8,4 km	1:10 000	ÖM10	12,9 km	1:15 000
HD14	5,9 km	1:10 000	H40	13,0 km	1:15 000			
H16	7,4 km	1:10 000	D40	7,4 km	1:10 000			
D16	6,1 km	1:10 000	H55	8,4 km	1:10 000	Mil-Lunken 10,9 km 1:15 000		
HD16	6,1 km	1:10 000	D55	6,0 km	1:10 000	Kortlunken 4,5 km 1:10 000		
			H65	6,0 km	1:10 000			
			D65	5,2 km	1:10 000			
			Motion	7,5 km	1:10 000			
			Mix	10,4 km	1:15 000			
			HD40	8,4 km	1:10 000			

Arena: Åbyskolan, Haninge (<http://kartor.eniro.se/m/JKhlo>). Vägvisning från korsningen Gamla Nynäsvägen/Åbyvägen vid Västerhaninge station. Parkering i närheten av skolan. Åk gärna kollektivt! Pendeltåg till Västerhaninge med anslutande buss 832 mot Åbylund rekommenderas. Alternativt promenadavstånd från stationen, ca 1300m.

Anmälan och lagsammansättning: Patrullen skall bestå av två löpare, som får vara från två olika klubbar. Mix-patruller samt HD-patruller ska bestå av en löpare av vardera kön. I motionsklassen gäller valfri sammansättning. Anmälan skall ske via Eventor senast söndagen den 25 oktober klockan 23:59. Avgift per person 60 kr/ungdom och 105 kr för övriga.

Efteranmälan: Senast onsdagen den 28 oktober klockan 23:59 till 50 % förhöjd avgift.

Direktanmälan: Det finns gott om kartor utskrivna för direktanmälan. Anmälan på plats öppen för alla ÖM-klasser samt till Mil-lunken och Kortlunken. Avgift vuxna 105 kr, ungdomar -16 år 60 kr, brickhyra 30kr. Anmälan är öppen:
Öppna klasser: 9:30-11:00, Mil-lunken, Kortlunken: 9:30-10:15

Hyrbrickor: Löpare som ej angett bricknummer i anmälan tilldelas hyrbricka som hämtas i anslutning till direktanmälan. Avgift 30kr. Ej återlämnad hyrbricka debiteras löparen.

Ej klubbanslutna: Löpare som ej är klubbanslutna och deltar i patrull betalar anmälningsavgiften i tältet för direktanmälan. kontant betalning. Efter överenskommelse med sekretariatet kan klubb debiteras för båda löparna om den ene löparen är klubbmedlem.

Start: Första start 10:00. Efteranmälda lottas in bland övriga startande. Öppna klasser har fri start 10:00-11:30. Mil-lunken startar 11:00 och Kort-lunken 11:05. Tävligen kommer att ha en start.

Avstånd arena- start ca 1000 m, mestadels väg. Inga toaletter vid start. Transport av överdragskläder till arena.

Karta och terräng: Särtryck ur karta Paradiset-Nytorp. Södertörnsterräng med mestadels måttlig kupering. De längsta banorna går in i ett område med större, lättlöpta höjder. God till mycket god framkomlighet. Alla banor avslutas i ett mer detaljrikt område med mycket småskuret. Visst inslag av kulturmark. De kortaste banorna går i ett område med relativt mycket stigar, i övrigt ganska lite stigar. Skala 1:15 000 för klasserna D21, H20-H40, Mix, Ö10 samt Mil-Lunken. Övriga klasser skala 1: 10 000. Definitionen är inte tryckt på kartan.

Vätska: Finns i skogen på 2 platser för de längre banorna D21, H20-H40, Mix, Ö10 samt Mil-Lunken, markerade på kartan. På vätskestationerna finns vatten, sportdryck och något mera.

Efter målgång och priser: Som traditionen bjuder serveras det blåbärssoppa efter målgång. Inga priser till segrarna, men väl utlottning av prinsessstårter! Vi är tacksamma om allt vilt rapporteras vid målet!

Service på arenan: Högklassig grill och servering med diverse godsaker.

Dusch och toaletter: Omklädnad och dusch inomhus. Toaletter finns vid arenan, både i skolan och bajamajor utomhus.

UP-avslutning: I samband med Höstlunken arrangeras årets UP-avslutning. På morgonen är det patrullorientering. Efteråt blir det lunch. Prisutdelningen och ceremonin börjar cirka 13:00. Slut cirka 14:00

Extra information för Mil-Lunken och Kortlunken:

Det finns möjlighet att anmäla sig på plats till Mil- och Kortlunken. Anmälan sker på samma plats som direktanmälan, avgift 105 kr för vuxna och 60 kr för ungdomar.

Mil- och Kortlunken har gemensam start. 3-4 minuter innan start ropas klassen fram. Startpersonalen visar er då till en separat startfälla. Starten sker på startsignal av funktionär. Det är inte tillåtet att titta på kartan innan starten går. Längs banan finns det 2 vätskestationer för Mil-Lunken. Banorna följer stigar och vägar med vissa kontroller max 100 m från stig. Först i mål i respektive klass vinner!

Information och tävlingsledning:

Tävlingsledare: Gösta Guteland tel 0736005940. Mail till hostlunken@snattringesk.se.

Banläggare: Urban Freij

Bankontrollant: Lars Cedéus

Tävlingskontrollant: Lars Forsberg

Varmt välkomna och lycka till önskar Snättringe SK!