



OK Gränsen

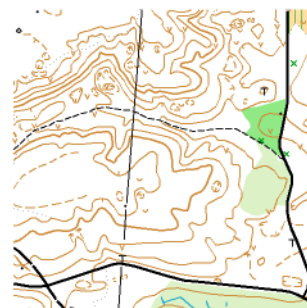
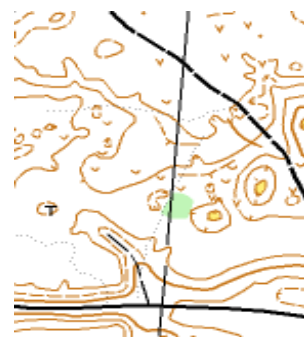
inbjuder till

Dubbel-Medel

1 Maj 2010

Utmaningen

Med
Special-Klass
Skallgångsklass SX



Nationell OL-tävling lördagen den 1 maj

Så återkommer vi igen med vårt annorlunda arrangemang i lättlöpt och bitvis kuperad drömterräng i anslutning till Hökensås.

Vårt upplägg med dubbel medeldistans innebär att man springer en bana, som består av två medeldistans-slingor. Efter halva sträckan sker pausstämpling nära TC, och Du kan vila en stund, och därefter sker kartbyte. Vilotiden räknas inte med i slutresultatet. Du måste dock vara i mål inom maxtiden som är 2,5 timmar räknat från din starttid till målgång. Vi erbjuder Dubbel-klass i samtliga åldersintervall för klasserna HD 14 – HD70. Vill du bara springa en kortare slinga väljer du antingen HD17-20, HD21 Kort, en öppen bana, eller en U-bana.

Nytt för i år är Skallgångsklassen SX (Öppen10). Den är till för dig som kan orientera bra och vill pröva på en annorlunda orienteringsutmaning. Du springer fyra delsträckor, där kartbyte sker ute i terrängen. OBS! Ingen anmälan tävlingsdagen. Pris till alla fullföljande!

Klasser	Banlängder	Avg	Klasser	Banlängder	Avg
Inskolning	ca:2,0 km	50 kr	Ö1	ca:2,5 km	50/90kr
U1	ca:2,0 km	50 kr	Ö2	ca:3,5 km	50/90kr
U2	ca:2,5 km	50 kr	Ö4	ca:3,0 km	50/90kr
U3	ca:3,0 km	50 kr	Ö5	ca:4,0 km	50/90kr
U4	ca:3,5 km	50 kr	Ö7	ca:3,0 km	50/90kr
			Ö8	ca:5,0 km	50/90kr
H10	ca:2,5 km	50 kr	SX	ca:6,5 km	150 kr
H12	ca:3,0 km	50 kr	D10	ca:2,5 km	50 kr
<i>H14 dubbel</i>	<i>ca:2x3,0 km</i>	<i>65 kr</i>	D12	ca:3,0 km	50 kr
<i>H16 dubbel</i>	<i>ca:2x3,5 km</i>	<i>65 kr</i>	<i>D14 dubbel</i>	<i>ca:2x2,5 km</i>	<i>65 kr</i>
<i>H18 dubbel</i>	<i>ca:2x4,0 km</i>	<i>125 kr</i>	<i>D16 dubbel</i>	<i>ca:2x2,7 km</i>	<i>65 kr</i>
			<i>D18 dubbel</i>	<i>ca:2x3,0 km</i>	<i>125 kr</i>

<i>H20 dubbel</i>	<i>ca:2x4,5 km</i>	<i>125 kr</i>	<i>D20 dubbel</i>	<i>ca:2x3,2 km</i>	<i>125 kr</i>
H17-20	ca:4,5 km	90 kr	D17-20	ca:3,5 km	90 kr
H21 Kort	ca:5,0 km	90 kr	D21 Kort	ca:4,0 km	90 kr
<i>H21 dubbel</i>	<i>ca:2x5,0 km</i>	<i>125 kr</i>	<i>D21 dubbel</i>	<i>ca:2x3,5 km</i>	<i>125 kr</i>
<i>H35dubbel</i>	<i>ca:2x4,0 km</i>	<i>125 kr</i>	<i>D35dubbel</i>	<i>ca:2x3,0 km</i>	<i>125 kr</i>
<i>H40dubbel</i>	<i>ca:2x3,7 km</i>	<i>125 kr</i>	<i>D40dubbel</i>	<i>ca:2x2,8 km</i>	<i>125 kr</i>
<i>H45dubbel</i>	<i>ca:2x3,5 km</i>	<i>125 kr</i>	<i>D45dubbel</i>	<i>ca:2x2,7 km</i>	<i>125 kr</i>
<i>H50dubbel</i>	<i>ca:2x3,3 km</i>	<i>125 kr</i>	<i>D50dubbel</i>	<i>ca:2x2,5 km</i>	<i>125 kr</i>
<i>H55dubbel</i>	<i>ca:2x3,0 km</i>	<i>125 kr</i>	<i>D55dubbel</i>	<i>ca:2x2,3 km</i>	<i>125 kr</i>
<i>H60dubbel</i>	<i>ca:2x2,8 km</i>	<i>125 kr</i>	<i>D60dubbel</i>	<i>ca:2x2,2 km</i>	<i>125 kr</i>
<i>H65dubbel</i>	<i>ca:2x2,5 km</i>	<i>125 kr</i>	<i>D65dubbel</i>	<i>ca:2x2,0 km</i>	<i>125 kr</i>
<i>H70dubbel</i>	<i>ca:2x2,3 km</i>	<i>125 kr</i>	<i>D70dubbel</i>	<i>ca:2x2,0 km</i>	<i>125 kr</i>
H75	ca:2,5 km	90 kr	D75	ca:2,2 km	90 kr
H80	ca:2,0 km	90 kr	D80	ca:2,0 km	90 kr
H85	ca:2,0 km	90 kr	D85	ca:2,0 km	90 kr

Anmälan skall vara oss tillhanda senast lördag den 24 april kl. 23.59 via Eventor. Ange ev. behov av hyrbricka, eller via email: gransen@hotmail.com

Efteranmälan kan göras t.o.m. torsdag 29 april kl. 12.00, mot förhöjd avgift. Även direktanmälan tävlingsdagen i inskolningsklass, U-klasser och Öppen klass.

Avgifter Anmälningsavgift enl. ovan. Förhöjda för Dubbel-tävling. Hyra av löparbricka 25kr/st. Faktureras efter tävlingen.

Stämpling SportIdent. Ange bricknummer vid anmälan och ev. behov av hyrbricka. SI-card version 9 kan ej användas.

Samling Ca 2 km söder Fagerhult. Vägvisning från länsväg 195, därifrån 5-10 min bilväg.

Parkering Avstånd max 800 m till Skogs-TC. Samåk om möjligt. Avgift 10 kr Bussparkering ordnas efter önskemål- vg meddela tävlingsledning **minst en vecka före**.

Start Första ordinarie start 10.00. Efteranmälda startar före denna tid. I klasserna inskolning, U-klasser samt Öppen klass är det fri starttid kl. 10.00-12.00.

Avstånd till start ca 400 m

Startlistan kommer att läggas ut måndag den 26 april på vår hemsida www.okgransen.se

Karta Särtryck från Fagerhultskartan, skala 1:10 000 för samtliga klasser, ekv 5 m, nyritad 2008, justerad 2010. Se kartprov. (Området ligger söder/väster om tävlingsområdet 2009.)

Terräng Flack till kuperad, lättframkomlig tallmoterräng. Stigrikt område för ungdomsbanor.

Speakerservice finns.

Priser Till segrare i resp. klasser, Större antal priser i ungdomsklasserna.

Sportförsäljning RA-SPORT.

Servering Valförsett marketenteri.

Dusch Varmdusch utomhus, ca 100m

Barnaktivitet Knatteknat mellan kl. 09.00 -12.00. Barnpassning.

Tävlingsledning	Jan Lenhammar 070-765 21 22
”	Hanna Håkansson 073-808 84 76
” /Banläggare	Håkan Håkansson 070-609 56 91
Tävlingskontrollant	Sven-Åke Karlsson, IKHP
Bankkontrollant	Jan-Erik Remäng, MSOK
Upplysningar/Press	Niklas Bohman 070-871 20 11

Välkomna!