

## Upplevelsen

En tävling arrangerad av

Malungs OK Skogsmårdarna

Sälen

29/6-1/7 - 2012

Malung OK Skogsmårdarna bjuder in till "Upplevelsen", en tävling vid sidan av de vanliga tävlingarna på 3+3 i Sälen. Upplevelsen riktar sig till de löpare som inte är orienteringsvirtouser, som älskar att leta gropar i sluttande grönområden, där skärmen dessutom är gömd i gropen. Tävlingen riktar sig till de som är nöjda med enklare orientering men ändå vill ha mycket upplevelse tillsammans med viss fysisk aktivitet. Men om man skulle vara en orienteringsvirtuous, så kommer man även få att bjudas på en fin upplevelse. Orienteringen kommer att vara enkel med tydliga ledstänger så som stigar, bäckar och bergstoppar. Starten för alla etapper kommer att ligga högre än målet. Detta eftersom blir man för trött kan man inte njuta av upplevelsen. Banorna är också lagda med tanke på att löparna ska passera fina och vackra delar av kartan. Ingen bana kommer att passera genom ett ogenomträngligt grönområde (Granplantage för de oinvigda). Banorna kommer att ha väldigt enkla orienteringsmoment tillsammans med gemensam start. Banan är lagd så att man med förutsättningarna ska få en så fin och upplevelserik bana som möjligt. För den som inte varit i Sälen under sommaren kan meddelas att fjällen är perfekta att springa på. Boendet är dessutom extremt billigt och det finns många bäddar att välja på.

### Klassindelning

Det finns fyra klasser. Dam och herr och varje har en lång och kort bana.

### Segrartider

	Fredag	Lördag	Söndag
Herr Lång	40 min	80 min	60 min
Herr Kort	30 min	50 min	40 min
Dam Lång	40 min	70 min	50 min
Dam Kort	30 min	50 min	30 min

### Tävlingsområde

Lindvallen i Sälen. Vägvisning från riksväg 71

### Stämplingssystem

EMIT. Brickor går att hyra genom Malungs OK Skogsmårdarna.

### Parkering

Avstånd parkering - TC 100-400m. P-avgift 20 kr.

## Karta

Lindvallen Skala 1:15000 för Lång klass och 1:10000 för Kort klass. 5 m ekv. för samtliga banor. Offsettryck för samtliga klasser.

## Terräng

I huvudsak fjällterräng. Framkomligheten är mycket god. Kupering från svag till stark kuperad. Starten ligger ovanför målet.

## Start

Gemensam start alla dagar

Klass/Dag	Fredag 29/6	Lördag 30/6	Söndag 1/7
H och D Lång	18:20	11:30	10:30
H och D kort	18:30	11:40	10:40

## Anmälan

Anmälan senast söndagen 17 juni via Eventor eller Malungs OK, Idrottens Hus Torggatan 14 G 78231 Malung eller e-post: kansli@malungsok.se. Anmälningsavgiften faktureras i efterhand. Löpare som inte är med i någon orienteringsklubb betalar på plats. Vid anmälan godkänns utläggning av namnet på Internet. Utländska löpare betalar kontant på tävlingsdagen.

## Efteranmälan

Senast måndag den 25 juni. Efteranmälan skall ske via Eventor eller till Malungs OK e-post: kansli@malungsok.se

I mån av plats går det också att efteranmäla sig på tävlingsdagen. Anmälan skall då vara gjord senast klockan en timme innan start.

## Anmälningsavgift

100 SEK. För efteranmälan utgår 50% förhöjd avgift. Vid efteranmälan på tävlingsdagen utgår en tilläggsavgift på 100%.

Startlista och PM Publiceras på Eventor och 3+3s hemsida: [www.3plus3.se](http://www.3plus3.se)

## Service

Servering, dusch, barnpassning, miniknat, sjukvård, toalett och sportförsäljning.

## Logi

Vi hänvisar till Lindvallen som förmedlar logi. Priserna är mycket låga!

Hemsida: [www.skistar.com](http://www.skistar.com) Telefon: 0771-84 00 00