

PM

StOF:s sommarläger, äventyrsstafett

Lördagen den 1 juni vid Lillsveds folkhögskola, Värmdö
Tävlingen är en del av StOF:s sommarläger 1-2 juni 2024

Samling/Arena Lillsved folkhögskola, Lillsvedsvägen 100, 139 90 Värmdö
<https://maps.app.goo.gl/ktKUKfEqLGKn2ws3A>
Parkering på anvisad plats. Åk gärna kollektivt med buss 437 från Slussen eller Waxholmsbåt från Strömkajen.

Klasser Äventyrsstafetten avgörs i en mixad klass för tjejer och killar, med 5 sträckor för 6-11 personer per lag.



Sträcka	Svårighet	Banlängd	Antal löpare	Beskrivning
1	Orange	2,1 km	1	Huller om buller. Kan vara lite klurigt. Banan är gafflad.
2	Vit	1,3 km	1-3	Gäller att vara snabb i svängarna.
3	Gul	1,6 km	1-3	Garanterat blött. Krav på att vara simkunnig. Krav på flytväst. Madrass tillåtet. Placeras innan start på anvisad plats.
4	Vit	1,1 km	2-3	Löparna ska vara sammanbundna med tillhandahållet snöre. Snöre finns i startfällan. Skor med metalldubbar ej tillåtet. Endast en SI-pinne.
5	Orange	ca 2 km	1	För den som tillbringat tid framför spegeln. Kan vara lite extra klurigt. Banan är gafflad.

Banlängderna avser orienteringen. På sträcka 2, 3 och 4 tillkommer ett "äventyrsmoment". På sträcka 1 och 5 ingår det i orienteringen.

Microorientering I sträcka 2 ingår en microorientering mot slutet av banan. Samma kontroll stämplas innan samt efter microorienteringen.

Hinderbana I sträcka 4 ingår hinderbana. Löparna måste följa snitslad väg. Publiken får gärna heja på men inte hjälpa deltagarna.

Laguppställningar Registreras i Eventor senast lördag 1 juni kl 12.00. SI-nummer ska anges. I samband med lagledarmöte 13.30 finns möjlighet att sätta ihop mixade klubbtag för de som saknar lag att springa i.

Nummerlappar	Nummerlappar finns i klubbkuvert att hämta ut vid tävlingsexpeditionen vid tältplatsen i samband med incheckning den 1/6. Ta med egna säkerhetsnålar. Följande färger används på nummerlapparna: Sträcka 1 - Svart, sträcka 2 - Blå, sträcka 3 - Orange, sträcka 4 - Grön och sträcka 5 - Röd.	
Skuggning	Följeslagare/uppföljare får följa med på samtliga sträckor. Detta ska göras på ett diskret vis. Skuggan ingriper endast när problem uppstår. En person som själv deltar i stafetten får inte skugga.	
Stämplingssystem	Sportident. Samma SI-pinne får endast användas på en sträcka. Sträcka 4 har endast en SI-pinne. Sträcka 3 behöver fästa SI-pinnen extra noga.	
Karta	Sprintkarta med skala 1:4000 används av alla löpare. Kartan är "justerad" på sträcka 1 och 5.	
Lokalt tryck		Tecken för snitslad sträcka med hinderbana
Definition, äventyr		Symbol för snitslad sträcka med hinderbana.
Terräng	Flertalet stigar där några stigar är små i terrängen. Inslag av vägar samt öppna ytor med inslag av bebyggelse. Måttlig till stark kupering. Generellt god till mycket god framkomlighet.	
Starttid	15.00	
Omstart	30 min efter första målgång på sträcka 5.	
Dusch och toalett	Flera badplatser finns. Dusch finns i omklädningsrum i Gymnastikhuset. Toaletter finns på arenan samt vid tältplatsen.	
Resultat	Publiceras på Eventor efter avslutad tävling	
Övrig service	Se huvud-PM för StOF:s sommarläger	
Huvudfunktionärer	Tävlingsledare Banläggare	Henrik Hagwall, tel 070-7303450 Emelie Holmström

Varmt välkomna hälsar



**OK RAVINEN
NACKA**