

## Ungdoms och Motions – OL Hösten 2024

**NYTT INFÖR HÖSTEN ÄR ATT SAMTIDIGT MED UNGDOMARNAS TRÄNINGAR PÅ MÅNDAGAR KOMMER ÄVEN MOTIONS-OL ATT ARRANGERAS. TISDAGENS TIDIGARE TRÄNINGAR UTGÅR, SE ALTERNATIV PÅ EVENTOR FÖR ATT SPRINGA ANDRA KLUBBARS TRÄNING.**

**MOTIONS-OL MÅNDAGAR HÅLLS VID SIDAN AV UNGDOMSTRÄNINGEN MED EGEN START OCH UTLÄSNING VID MÅL. ANMÄLAN SOM VANLIGT PÅ EVENTOR**

**Måndagar ansvarar U-sektionen för banläggning till Ungdoms och Motions-OL**

**Ansvarig Johanna Forslund** [johanna.forslund@karlskoga.se](mailto:johanna.forslund@karlskoga.se) 070-57 36707

Johanna skickar kartor till ansvariga för utsättning av kontroller som ska vara klart senast 16.00 på måndagen. Efter träningen ansvarar utsättarna att samtliga kontrollerna plockas in.

Stefan gör iordning dator och kartor till måndagens Motions-OL [stefan.gunnarsson54@gmail.com](mailto:stefan.gunnarsson54@gmail.com) 070-6665870,

Ansvariga får dator och kartor i god tid innan träningen startar.

Lämna dator till Stefan efter träningen.

Stefan lägger ut resultat och Livelox efter träningen

Dator nummer 1 används på måndagar.

**Måndag - använd Sportidentväska 1 (31 t.o.m. 60 samt Töm, check, start och mål)**

## Information till ansvariga banläggare på torsdagsträningen.

Karta erhålls via kartansvarige Rolf Steiner mail till [rolfsteiner1951@gmail.com](mailto:rolfsteiner1951@gmail.com)

**OBS! Använd inga egna gamla kartor!**

Använd programmet Purple Pen för att lägga banorna, finns att ladda ner gratis här –  
Purple Pen - [Purple Pen \(purple-pen.org\)](http://purple-pen.org)

Torsdag - används Sportidentväska 2 (61 - 65, 67 – 69 – 85, 87, 88, 90-93 samt Töm check, start och mål.

### Banlängder/svårighetsgrad

- Korta Lätt -vit/gul 1,6-2 km
- Korta Svår –orange 2,1-2,6 km
- Mellan -violett 3,2-3,7 km
- Långa -violett 4,5-5,5 km

**Banläggningen ska vara klar **minst** en vecka innan aktuell träning!!**

För utskrift av kartor- skicka banlägningsfilen och kartan till

Anders [ceanders.nyberg@gmail.com](mailto:ceanders.nyberg@gmail.com) 070-3252971 **ansvarig torsdagar**

Anders hjälper till att göra iordning tävlingsdator samt lägger in anmälda.

Efter träningen lägger han ut resultat och Livelox

**Torsdagar - Dator 9 Dator och kartor erhålls av Anders**

## Nedan gäller både vid Måndagens och Torsdagens träningar

Start mellan 17.00-18.30

All mtrl samt sportidentenheter finns i mtrl rummet. Nyckel dit finns i källartrappen. Kod till denna -kontakta Stefan, Anders eller Lillemor

Ta med bord, datorn och skydd för dator. Alla deltagare hämtar sin karta vid sekretariatet och prickas av på startlistan innan de går till start.

Deltagare som inte är föranmälda anmäler sig på plats. **Ta bort de som inte startat.**

**OBS!** Se till att alla läser in sin Sportidentpinne i sekretariatet efter loppet.

**VIKTIGT** då vi inte kan avsluta träningen om löpare är kvar i skogen.

Spara ner dagens tävling från Meos på ett USB minne. Skicka tävlingsfilen till Stefan eller Anders för inläggning på Eventor, **alternativt, lämna datorn till Stefan eller Anders.**

### Efter tävlingen -

Ta in kontroller och om enheterna är blöta - **torka av dem och lägg dem på en hylla för tork. Inga blöta kontroller i lådan då det finns risk att det går sönder.**

**Häng upp skärmarna till tork i materielrummet!** Efterföljande arrangör kan ta ner dem.

Placera utrustningen på därför avsedd plats.

Ta ut kvarvarande kartor ur plastfickorna. Lägg överblivna kartor i källartrappen

## Ungdoms och Motions-OL Hösten 2024

Namn markerade med **rött** är kontakt och sammanhållande för träningen

12/8 Ungdoms och Motions-OL Lars och Gunnel Alexandersson / **Jessica K**

14/8 Provlöpning Natt-DM Hultet **Micke F**

15/8 Provlöpning Natt-DM Hultet **Micke F**

19/8 Pokaljakt ungdomssektion/Motions-OL Börje, Brittmarie och **Ingvar**

22/8 Militär mästerskap A9 Harberget dagtid **Stefan** och Britt, banl Runo

22/8 Motions-OL/Krets Harberget Birgitta och Runo

23/8 **Natt-DM Hultet**

26/8 Ungdoms och Motions-OL Bosse och **Christer S**

29/8 Motions-OL Rudskoga – LarsErik och **Leif N**

2/9 Ungdoms och Motions-OL Lennart och Märta, Gunnel G / **Lasse H**

3/9 **Krets-OL** Degerfors OK

5/9 Motions-OL Sanfallet Stewe, Lars och **Per N**

9/9 Ungdoms och Motions-OL Nisse G, Kalle W, / **Rickard Kristoffersson**

10/9 **Krets-OL** OK Djerf Karlskoga

12/9 Motions-OL Långmarken Maria S och **Lars S**

16/9 Ungdoms och Motions-OL Elisabeth och **Bengt Falemo**

17/9 Provlöpning Kristinehamnsmedeln Brukshundsklubben **Micke F**

18/9 Provlöpning Kristinehamnsmedeln Brukshundsklubben **Micke F**

19/9 Motions-OL Hultet Börje och **Lillemor**

21/9 **Kristinehamnsmedeln**

23/9 Ungdoms och Motions-OL Marie S Viveca och **Stig**

25/9 **Kristinehamns Nattcup** Ölme -Göran N, Camilla, **Jessica K**

30/9 Ungdoms och Motions-OL Sune A, Anita och **Leif**

2/10 **Kristinehamns Nattcup** Björkvallen Per och Leif Fredberg

9/10 **Kristinehamns Nattcup** Harberget David H, Billy Lönnqvist och **CarlJohan**

PLatser och ansvariga kan ändras, se Eventor för aktuell träning.

Information till ansvariga kommer att läggas ut på Eventor och hemsidan.

//Stefan [stefan.gunnarsson54@gmail.com](mailto:stefan.gunnarsson54@gmail.com)