

Tävlings-PM Novembertävlingarna 9-10 november 2024

Lördag 9/11 – *medeldistans*, söndag 10/11 – *långdistans*

Samling: Tunaskolan, Tumba. Arenan är på asfalterad skolgård.

Allmänna färdmedel: Enkla kommunikationer både via buss och pendeltåg. Arenan i gångavstånd till pendeltågsstation. Bussar går var 15:e minut från Tunnelbanans röda linje.

Parkering: Se **översiktlig skiss publicerat på Eventor**. All parkering hänvisas till infartsparkering och Alfa Laval's personalparkering (där vi har tillstånd att stå)

Klasser och banlängder: Klasser, banlängder och kartskalor – se separat dokument publicerat i Eventor.

Start, lördag: För samtliga klasser, Orange/vit snitsel, avstånd 2000 m, asfalterade gångvägar. Överdrag tas med till arenan efter sista start. På vägen till start passerar man i närheten av målet, där lämnas överdragen. **Ingen toalett vid start.**

Start, söndag: För samtliga klasser, Orange/vit snitsel, avstånd 1900 m, asfalterade gångvägar. Överdrag tas med till arenan efter sista start. **Ingen toalett vid start.**

Utbrutet mål: Båda dagarna är det utbrutet mål. **Röd/vit snitsel** tillbaka till arenan och utstämpling. *Efter målstämpling följer löparna snitsel tillbaka till utstämpling. Alla löpare måste följa snitsling och passera utstämpling på arenan!*

- Avstånd mål – utstämpling arena lördag (medel): 1500 m
- Avstånd mål – utstämpling arena söndag (lång): 500 m

Startlista: Publiceras på Eventor senast torsdag 7/11

Stämpling: Sportident. Glöm inte att tömma och checka pinnen innan start.

Hyrda SI-pinnar: Anmälda utan angiven SI-pinne tilldelas hyrd pinne mot avgift SEK 40. Hämtas i sekretariatet i skolan.

Startprocedurer: Vi har tre kategorier av klasser:

1. Tävlingsklasser från HD10-HD21 använder lottad startlista med 'traditionell' minutstart
2. Övriga tävlingsklasser (dvs HD35 och äldre) använder fri minutstart med startstämpling 10:00-12:00
3. Öppna klasser och U-klasser har helt fri starttid med startstämpling mellan 10:00-11:30

Förbjudna områden: Förbjudna områden är markerat på kartan med violett raster och får ej beträdas.

Vägpassager: Gående till start kommer möta löpare ifrån banor upp orange svårighet. Dessa banor har en snitslad sträcka mellan två kontroller på vardera sida passagen. Funktionärer finns på plats. Det är en trång passage, visa hänsyn till både gående och cyklister. Vissa banor passerar även en allmän väg in till ett *industriområde - var försiktig vid passage*. Funktionär finns längs vägen.

Hågelbyleden är ett förbjudet område!

Karta lördag: Hamra, Skala 1:10 000 för HD16-40, övriga klasser 1:7500, ekvidistans 5 meter. Digitalt utskrivet på certifierad skrivare. Hamra, 5 meter ekvidistans. Nyritad karta under 2020-2022 av Gert Pettersson och Fredrik Forsberg (digitalisering) enligt ISOM 2017-2. Reviderad 2024 av Fredrik Forsberg.

Karta söndag: Sammansatt karta – Hamra (ekv.5m) & Tunahöjden (ekv.4m), Skala 1:15000 för HD18-21, 1:10000 för HD16-40 och 1:7500 för övriga klasser.

Kartvändning söndag: Under söndagens långdistans förekommer kartvändning för de längre klasserna.

Terräng: Skogsmark. Två bergsryggar med detaljrika höjdparter och delvis ett utsträckt stignät och en större kraftledning. Terrängen mellan bergsryggarna består mestadels av kulturmark där djurstängsel förekommer, dessa får passeras. Svag/måttlig kupering, inslag av branta sluttningar med varierande detaljrikedom. God framkomlighet, god till mycket god sikt, med enstaka partier av vindfällan och grönområden.

Kontroller: Kontrollerna är märkta med skärm och SI-enhet. Kontroller sitter mycket tätt. Kontrollera kontrollordning och kodsiffra.

Direktanmälan/Öppna klasser: Anmälan vid skolan mellan 9.30-11.00. Start mellan 10:00-11.30. Avgift: vuxna 180kr och ungdomar 60kr. För klasser och banlängder, se separat dokument i Eventor.

Resultat: Kommer att publiceras på Eventor efter avslutad tävling. Liveresultat presenteras på Eventor

Ombyte och dusch: Inomhus i sporthallen. Inga skor inomhus. Ingen förvaring av väskor inomhus. Tänk på att vi delar lokaler (korridoren) med fler idrotter i/vid sporthallen. Visa hänsyn. Röd/vit snitsel markerar väg till duscharna, 400 m gångväg

Toaletter: Finns inomhus vid arenan och vid omklädningsrummen vid Tumba Idrottshuset. Inga OL-skor i Idrottshuset. Inga toaletter vid start.

Servering: Väl-försedd marka inomhus med korv, våfflor, mackor, godis, frukt, läsk, kaffe och hembakat kaffebröd. Inga skor inomhus.

Sportförsäljning: I år kommer Olspecialisten med sitt ordinarie tävlingsutbud.



Prisutdelning: Lottade godispriser i klasserna HD10-HD14 (båda dagarna). Utlottade priser hämtas i cafeterian. Lista anslås vid utstämpling. Presentkort till topp två i HD21 (båda dagarna).

Viltrapport: Löpare som ser vilt uppmanas att rapportera detta i samband med målgång.

Omplåstring: Förbandslåda finns inne i skolan.

Maxtid: 2,5 timmar.

Tävlingsledare: Björn Normark (070-2646037) & Lars Nordin (070-8306279)

Banläggare: Olle Andersson

Bankkontrollant: Lin Normark