



PM Sumpnatta

Fredagen den 21 mars 2025

Sundbybergs IK välkomnar alla löpare till Sumpnatta 2025.

Samling	Brotorpshallen, Sundbyberg
Ta dig hit!	<p>Tunnelbana blå linje nummer 11 till Hallonbergen. Från Hallonbergen, buss 540, 3 min. till hållplats Sundbypark eller buss 504 till hållplats Sundby park eller Ursviks Motionsgård.</p> <p>Parkering: I första hand vid Xylems personalparkering, vägvisning från korsningen Enköpingsvägen/Ursviksvägen. P-avgift 40 kr. Betala gärna med swish till 123 345 45 84. Vägen mellan parkeringen och Brotorpshallen är markerad med röd/vita ATA-band.</p> <p>Titta gärna på kartbild längst bak i detta PM.</p>
Klasser, banlängder	<p>Tävlingsklasser HD35 – HD85 samt öppna banor 5 st. Yngre löpare, under HD35, hänvisas till de öppna banorna.</p> <p>HD40 saknas enligt nya regler från SOFT. Banlängder enligt StOF:s rekommendationer. Öppna banor: Gul 2,5 km, Orange 3,0 km, Orange 5,0 km, Violett 3,0 km samt Violett 5,0 km</p>
Terrängbeskrivning	<p>Närområde, stigrikt med mestadels måttlig kupering. God löpbarhet på höjderna.. I området finns elljusspår som kommer att vara tänt fram till kl 23.00.</p>
Förbudszoner	<p>På kartorna finns ett antal förbjudna områden markerade med violett 45 graders lutande raster (banpåtrycksymbol 709). Dessa förbudszoner är endast redovisade på kartan. Ingen förbudssnitser i terrängen! Tävlingsområdet genomkorsas av en större bäck, Igelbäcken. Denna får endast passeras vid på kartan markerade övergångar. I</p>

övrigt gäller som vanligt att det som är markerat som tomtmark på kartan är förbjudet att beträdas.

Anmälan och avgifter	<p>Anmäl dig via Eventor, 120 kronor, senast söndagen den 16 mars kl. 23.59. Efteranmälan via Eventor, 180 kronor, fram till tisdag den 18 mars kl. 23.59.</p> <p>Direktanmälan till öppna banor gör löparna till sekretariatet innan de beger sig till start. Direktanmälan kan göras mellan kl 18.00 och 19.00 till en kostnad av 180 kr som kan betalas till Swishnr – 1233454584 eller för deltagare tillhörande SOFT-ansluten klubb kan avgift faktureras i efterhand. Kartan erhåller löparen vid start.</p>
Starttider	<p>Första start kl. 19.15.</p> <p>Öppna banor har fri start med startstämpling mellan kl. 19.15 och 20.00.</p> <p>OBS! Avstånd till start ca 1 500 meter. Följ orange/vit snitsel till start. Toalett finns vid Jaktvillan intill starten.</p> <p>Lottad startlista med minutstart utan startstämpling i alla tävlingsklasser.</p> <p>Överdrag transporteras tillbaka från starten.</p> <p>Ingen toalett vid eller på väg till start.</p>
Startlista	Publiceras senast 24 timmar före start.
Mål	Utbrutet mål, ca 150 m från Brotorpshallen. Utstämpling inne i hallen.
Maxtid	2 timmar, målet stänger senast 22.30
Stämplingssystem	Sportident SI, ej Touch Free. SI-pinne kan hyras för 30 kr. Vid förlust debiteras återanskaffningskostnad.
Karta	Orsvik, ekvidistans 4 m. Digitalt tryck. Ritad 2019. Ytreviderad senast 2024–2025 av Fredrik Johansson. Kartskala DH35 1:10 000 och övriga 1:7 500.
Service	Dusch och toaletter finns inomhus i Brotorpshallen. Generellt skoförbud inomhus. Dubbskor måste tas på/av direkt innanför ytterdörren

Enklare första hjälpen i form av självservice erbjuds vid sekretariatet.”

Enklare servering finns.

Resultat Liveresultat erbjuds. Fullständig resultatlista kommer publiceras i Eventor efter tävlingen har avslutats.

Kontrollbeskrivning Lösa kontrollbeskrivningar erbjuds vid start men finns också förtryckta på kartan.

Tävlingsregler SOFT:s tävlingsregler gäller.

Tävlingsorganisation Tävlingsledare: Jan Kihl 070 515 2883
jantkihl@gmail.com

Banläggare: Sven Edvardsson

Bankontroll: Ronny Falk

Tävlingskontroll: Ulf Hansson

VÄLKOMMEN ÖNSKAR SUNDBYBERGS IK, ORIENTERING

ALEWALDS



Vägen till (och från) parkeringen vid Sumpnatta 2025.

