

PM Pålamalmsdubbeln

26-27 april 2025

Lördag 26 april: Långdistans med StOF-cupen

Söndag 27 april: Medeldistans

Vägvisning

Arenan är belägen vid Tullinge Jord ca 7 km söder om Tullinge längst med Pålamalmsvägen. Skyltning till arena kommer finnas från korsning väg 226 / väg 571 (Västerhaningevägen) för de som kommer norrifrån samt från korsning väg 257 / väg 571 (Pålamalmsvägen) för de som kommer söderifrån. Eventuell köbildning längst med Pålamalmsvägen kan förekomma. Undvik gärna korsningen väg 226 (Huddingevägen)/Västerhaningevägen vid hemfärd då köbildning ofta uppstår där.

Parkering

Avstånd från parkering till arenan är 50-500 meter. Reservparkering om det blir fullt 1600 m avstånd. Samåk gärna så får fler plats nära arenan! Följ funktionärernas anvisningar. P-avgift 40 kr, swishas till 123 180 78 82 eller använd QR-koden nedan. Vänligen betala P-avgiften. Om ni kommer med stor buss så meddela detta senast två dagar innan till Botkyrkahelgen@snattringesk.se



Swish Parkering

**BOTKYRKA
KOMMUN**



Kollektivtrafik

Pendeltåg till Tullinge Station, därefter Buss mot 721X mot Lida, Avstigning Hållplats Björkhult därefter ca 2 km promenad längs kraftigt trafikerad väg.

LUMONITE

SILVA

START OCH DIREKTANMÄLAN

Direktanmälan

Direktanmälan kan göras på tävlingsdagen till öppna, inskolnings- och utvecklingsklasser på arenan.

Anmälan öppen 10.15 - 12.30 på lördag, 9.30-11.30 på söndag. Fria starttider mellan 11.00 - 13.00 lördag, 10.00-12.00 söndag. Vuxna 270 kr, ungdomar (-16) 95 kr.

Svenska klubbar faktureras i efterhand. Utländska deltagare och deltagare som inte är medlem i SOFT-registrerad klubb betalar anmälningsavgift för direktanmälan på arenan (Swish, kort eller kontant).

Startlistor

Startlistor publiceras på Eventor torsdag 24 april.

Start och startmetod

Lördag 26/4: Långdistans

- Första start: Kl. 11:00 för klasserna DH 10-21 med lottade starttider.
- Övriga åldersklasser har fri minutstart.
- Öppna-, inskolnings- och utvecklingsklasser har fri starttid.
- Startintervall: Mellan kl. 11.00-13.00 för alla individuella klasser med fri starttid eller fri minutstart.

Söndag 27/4: Medeldistans

- Första start: Kl. 10:00 för klasserna DH 10-21 med lottade starttider.
- Övriga åldersklasser har fri minutstart.
- Öppna-, inskolnings- och utvecklingsklasser har fri starttid.
- Startintervall: Mellan kl. 10:00-12:00 för alla individuella klasser med fri starttid eller fri minutstart.

Båda dagar gäller för klasser med fri minutstart:

För klasserna H/D35-85 tillämpas fri minutstart. Vid din startplats finns en anslagstavla med starttider för din klass tryckta på klisteretiketter. Sök upp din klass och tag en etikett med en starttid som passar dig. Visa etiketten för startfunktionären när det blir din gå-fram-tid. Följ normal startrutin i din fålla och startstämpla innan du ger dig av. OBS! Startstämpla INNAN du tittar på kartan!

Startstämpling

Startstämpling sker för klasser med fri starttid, genom att stämpla i enhetens hål (ej Air/Touch Free). Enheten ska ge både ljud- och ljussignal som bekräftelse på start. Det är löparens ansvar att se till att startstämpling genomförs.

Startplatser och snitsling

Lördag 26/4, långdistans

Start 1: 2400 m till start med orange/vit snitsel för följande klasser. Toalett finns vid starten.

H21	D21	H20	D20
H18	D18	H16	D16
H35	D35	H40	D40
H45	D45	H50	D50
H55	D55	H60	D60
H65	H70	Svart 5	Svart 7

Start 2: 1000 m till start med orange/blå snitsel för följande klasser. Inga toaletter vid start.

H14	D14	H12	D12
H10	D10	D65	D70
H75	D75	H80	D80
H85	D85	Inskoln.	U1
U2	U3	U4	Vit 2,5
Gul 2,5	Orange 3	Orange 4	Svart 3

Söndag 27/4, medeldistans

Start 1: 1700 m till start med orange/vit snitsel för följande klasser. Toalett finns vid starten.

H21	D21	H20	D20
H18	D18	H16	D16
H14	D14		
H35	D35	H40	D40
H45	D45	H50	D50
H55	H60	H65	H70
U4	Orange 3	Blå 3	Svart 5

Vägen till start 1 går genom delvis obanad terräng. Planera extra tid!

Start 2: 1400 m till start med orange/blå snitsel för följande klasser. Toalett finns på väg till start.

H12	D12	H10	D10
D55	D60	D65	D70
H75	D75	H80	D80
H85	D85	Inskoln.	U1
U2	U3	Vit 2	Gul 2,5

Överdrag

Överdrag transporteras från samtliga starter tillbaka till arenan.

Kontrollbeskrivningar

Finns både lösa och tryckta på kartan.

Nummerlappar

Lördagens långdistans ingår i StOF-cupen och ungdomsklasser H/D 12, H/D14 och H/D 16 har nummerlapp. Nummerlappar och säkerhetsnålar finns vid start, för ovana löpare beräkna lite extra tid för att sätta på nummerlapp. Startlistor med startnummer finns vid starten eller på Eventor.

Ingå nummerlappar på söndagens medeldistans.

D12	201-	Röda siffror
D14	401-	Röda siffror
D16	601-	Röda siffror
H12	201-	Svarta siffror
H14	401-	Svarta siffror
H16	601-	Svarta siffror

Stämplingssystem

Sportident, touchfree stämpling är påslaget. Alla typer av SI-brickor kan användas, endast SIAC-brickor fungerar i touchfreeläge. Det är löparens ansvar att få ljud- och ljussignal vid stämpling.

Hyra av Sportidentbricka (40 kr) kan göras vid sekretariatet (ej SIAC).

Ändringar av bricknummer görs vid sekretariatet.

Kontroller

Kontrollerna är utmärkta med skärm och stämplingsenheter. Kontrollerna kan sitta tätt. Var noga att kontrollera kodsiffran.

Ungdomsbanor

Vid start och på utvalda passager i skogen finns ungdomsledare från Tullinge SK, som hjälp och stöd åt våra yngsta orienterare.

Vätska

Vätska i form av vatten serveras för klasserna D21, H21, D20, H20, H18, D16, H16, D35, H35, D40, H40, D45, H45, H50, H55, H60, Svart 7 och Svart 5 på lördagens långdistans.

Ingen vätska på söndagens medeldistans.

Maxtid

Lördag 2,5 timmar, söndag 2 timmar.

Utbrutet mål

På söndagens medeldistans är målet utbrutet för flera klasser. Följ snitsel från det utbrutna målet tillbaka till arenan, cirka 700 m.

Viktigt att följa snitseln hela vägen för att hamna i rätt utstämpling på arenan. Glöm inte att stämpla ut så att vi inte tror att ni är kvar i skogen och får er tid!

Resultat och Livebox

Preliminära resultat redovisas under tävlingens gång på liveresultat.orientering.se. Länk finns på Eventor för respektive tävling. Slutgiltiga resultat laddas upp på Eventor efter avslutad tävling. Banor och karta kommer att återfinnas på Livebox efter genomförd tävling.

Viltrapport

Viltrapport lämnas efter utstämpling vid sekretariatet.

KARTA OCH BANOR

Klasser, banlängder och karta

All information om klasser, banlängder och kartskala finns i separat dokument på Eventor.

Karta ritad 2024 enligt ISOM 2017-2. Kartritare Per Kallhauge. Ekvidistans: 5 meter. Digitalt tryck.

Lokalt karttecken:

x Foderspridare, jaktpass

Terrängbeskrivning

Detaljerad skogsmark med generellt sett god sikt och framkomlighet, men mindre partier med nedsatt sikt och löpbarhet förekommer. Terrängen har ett antal större och mindre sankmarker. Måttlig kupering. Området genomkorsas av ett fåtal stigar och skogsvägar

I området för söndagens medeldistans har en avverkning gjorts under de senaste dagarna. Avverkningen påverkar inte direkt några banor. Klasserna DH70-85 samt Blå 3 kan komma nära kanten av hygget.

Förbjudna områden

Tomtmark är förbjudet att beträda och markeras med heldragen blå/gul snitsel i huvudlöpstråk (ej runt hela området). Man kan inte räkna med att använda tomtmarkskant som snitslad ledstång.

Förbjuden väg. Markerad med violett raster på kartan. Förbjudet att springa både på vägbanan och vägrenen.

Det finns ett dike som är förbjudet att passera. Markerad med violett raster på kartan. Påverkar de längsta banorna på söndagens medeldistans.

Snitslad passage

På lördagens långdistans finns en passage över ett nyplanterat hygge. Denna är markerad som passage på kartan och obligatorisk passage på definitionen.



Snitslade stigar och beståndsgränser

En otydlig beståndsgräns är vitsnitslad.

Det finns en tillverkad stig, markerad med violett på kartan och vit snitsel i terrängen.

Dessa snitslingar påverkar ungdomsklasserna och gäller båda dagarna.

Särskilda kontrollbeskrivningar

En något ovanlig kontrollbeskrivning förekommer på lördagens långdistans, dunge. Se nedan exempel

4.8		Dunge	Dunge i öppen mark eller ett mer löpbart område i skog omgivet av tätare skog.	405 406 408 410
-----	--	-------	--	--------------------

På söndagens medeldistans förekommer denna kontrollbeskrivning, vilket betyder att stenen ligger i ett område med tät vegetation som är för litet för att ritas ut på kartan.

					1,2		
--	--	--	--	--	-----	--	--



@botkyrkahelgen

TÄVLINGSARENAN

Sportförsäljning

Ett brett sortiment från Orienteringsspecialisten finns på arenan. Besök dem för att se det gedigna utbudet.

Första hjälpen

Funktionärer för första hjälpen finns på arenan för omplåstring. Hjärtstartare finns på arenan.

Prisutdelning

Priser i samtliga ungdomsklasser. Prisutdelning sker allt efter att klasserna blir avgjorda. Antalet priser anslås på arenan.

I Inskolning och U1 får alla pris direkt efter målgång.

Vaccination

På söndagen finns Landsbygdsvaccinatören på plats, passa på att skaffa dig skydd mot fästingburen TBE. Spring först, vaccinera dig sen. Vuxna 385 kr, barn 1-3 år 325 kr, barn 3-19 år 0 kr.

Följ stafettligan

Under söndagen arrangeras stafettligan på samma arena. En enklare webbsändning med både GPS-tracking, skogskameror och liveresultat finns att följa på arenan vid serveringen. Passa på att heja fram våra elitlöpare och era klubbtag och häng gärna kvar på arenan för lite bra stämning!

Speaker

Lördag, Lina Matthews och Tina Junegard

Söndag: Malin och Annica Sundeby (följer Stafettligan)

Dusch och toaletter

Varm dusch och toaletter vid arenan. Toaletter finns även vid flertalet starter, se information om starter tidigare i PM.

Servering och fältmåltid

Servering med brett utbud av mat, fika, godis, varma- och kalla drycker samt grillad hamburgare och korv.

Under söndag 27 april finns möjlighet att köpa fältmåltid (pytt i panna, vegetariskt alternativ finns) som serveras på arenan. Kostnad 90 kr inklusive dryck, sallad och bröd. Det finns gott om möjlighet att köpa på arenan.

Klubbtält

Det finns möjlighet att sätta upp klubbtagt på anvisat område

Miniknat

Miniknat erbjuds båda dagarna, i två olika områden lördag och söndag. Öppettider 10.30-13.00 lördag, 09.30-12.30 söndag. Kostnad 40 kr. Alla får pris!

Tävlingsledare: Lördag: Jim Christie (073- 644 56 65), Söndag: Carl Johan Arevång (070- 620 03 62)

Bitr. Tävlingsledare: Mats Berg (072- 161 51 65), David Hector (070- 437 65 81)

Mail: botkyrkahelgen@snattringesk.se.

VIP, Press och Studiebesök: Kontakta tävlingsledningen på botkyrkahelgen@snattringesk.se eller Mats Berg på 072- 161 51 65

Banläggare: Per Kallhauge

Bankkontrollant: Per-Ove Melinder

Tävlingskontrollant: Göran Reinholdsson

Tävlingsjury: Karin Skogholm (Tumba-Mälarhöjdens OK), Christer Nordström (OK Älvsjö Örby), Gunnar Svanberg (Järfälla OK)

Varmt välkomna!

Huvudsponsorer Botkyrkahelgen

**BOTKYRKA
KOMMUN**



SILVA

LUMONITE

Arrangemangspartners

**ORIENTERINGS
SPECIALISTEN**


EKSJÖHUS

 **noname**


UMARA

 **BYGG**

**TULLINGE JORD
& MASKIN AB**

Botkyrkahelgen arrangeras av



TULLINGE SK
 **BOTKYRKA** 