



PM

Klemmingekampen - 1 maj 2025

Nationell tävling i Långdistans

Tävlingen ingår i Juniorligan – Ledartröjan

ARENA	Mölbo IP – Vägvisning från väg 57 i Mölbo GPS-koordinat: 59.05481674931196, 17.425301898412215	
PARKERING	VI UPPMANAR TILL SAMÅKNING Parkering sker på anvisad plats. Avstånd från Arenan 0 - 600 m.	 123-224 27 82 Avgift 30 kr. Betala gärna med Swish till 123 224 27 82 redan i förväg.
HUSBIL	Vänligen kontakta parkeringsansvarig Rolf Lindblom för bokning 070-605 81 92	
KOLLEKTIVTRAFIK	SL Pendeltåg till Mölbo station tyvärr inställt i helgen och ersätts med buss – Avstånd till arenan ca 750 m	
KLASSER & BANLÄNGDER	Enligt inbjudan. Banlängder framgår även av startlista i Eventor Maxtid 2,5 timme	
STRUKNA KLASSER	D90, D95, H95	
VAKANSER	I klasserna H/D10-16 finns 2 vakansplatser inlottade i klassen. Anmälan på arenan före kl. 10.00 tävlingsdagen mot efteranmälningsavgift.	
DIREKTANMÄLAN	0900 – 11.15 - På arenan till alla öppna klasser.	
AVGIFT DIREKTANMÄLAN	Vuxna: 180 kr. Ungdom t.o.m 16 år: 90 kr. Hyrbricka: 30 kr Betaling med klubbfaktura, Swish 123 224 27 82 eller kontant. Ej återlämnad hyrbricka debiteras med 600 kr.	
STARTPROCEDUR & TIDER:	Öppna klasser Fri starttid med startstämpling 10.00 – 12.00	
	Tävlingsklasser HD10-21 Lottad minutstart – första ordinarie start 10:30	
	Tävlingsklasser HD35 – 90 Fri minutstart med startstämpling 10.00 – 12.00 Starttid bokas vid startplatsen genom att du väljer tillgänglig tid på anslagen lista. Det är minst 2 minuter mellan löpare i samma klass. Följ normal startrutin i din fålla och startstämpla innan du ger dig av. OBS! Startstämpla INNAN du tittar på kartan! Se separat PM för mer detaljer	
AVSTÅND START 1 1 500 m (orange/vit)	D12 – D60 H12 – H70	Svart 5 km, Svart 7 km, Orange 5 km Gul 2,5 km, Gul 5 km, Vit 4 km
AVSTÅND START 2 400 m (orange/blå)	D10, D65-D95 H10, H75-H95	Blå 3 km, Orange 3 km Vit 2 km, Inskolning 2 km
STARTLISTA:	Publiceras på Eventor .	
NUMMERLAPPAR	HD14, HD16 och HD21. Nummer enligt startlistan, självservering vid start.	
ÖVERDRAG	Kan lämnas vid starten – transporteras till arenan	

STÄMPLING	Sportident. Om inte egen bricka anmälts tilldelas hyrbricka som avhämtas i sekretariatet. Kostnad 30 kr. Ej återlämnad hyrbricka debiteras med 600 kr.
KARTA:	Äldre karta västra delen: Lars Nord. Reviderad av Johan Ek Larsson 2025. Östra delen: Nyritad 2024 av Indulis Peilans Kartskala: <u>1:15 000</u> i klasserna D/H18-21. <u>1:10 000</u> i klasserna D/H16, D/H35 samt öppen klass "svår 7km". <u>1:7 500</u> i övriga klasser. 5 meters ekvidistans. Certifierade färgutskriften från BL Idrottsservice.
KONTROLL DEF.	Finns tryckta på kartan och lösa
KARTVÄNDNING	I klassen H45 & H50 - båda kartor fås vid starten i samma plastficka
TERRÄNG BESKRIVNING:	Terrängtyp: Barrskogsdominerade höjdparter med större och mindre sankmarksområden emellan. De längre banorna delvis detaljfattiga och mycket lättlöpta partier. Kupering: Måttlig till stor kupering förekommer på de längre banorna. I övrigt måttlig till flack kupering. Framkomlighet: Huvudsak lättlöpta mossbeklädda höjdparter. Passager av mindre områden av hyggen och yngre skog förekommer. I närheten av arenaområdet finns det ett större nät av stigar och skogsbilvägar.
VÄTSKA	I skogen på HD21
SKUGGNING	Det är tillåtet för löpare att skugga ungdom i Inskolning innan eget lopp
SNITTSLING	Tomtmark är förbjudet att beträda och markeras med heldragen blå/gul snitsel i huvudlöpstråk. På inskolning finns ledsna / glada gubbar
VILTRAPPORT	Eventuella observationer av klövvilt rapporteras efter målgång i sekretariatet.
PRISER	I klasserna – Inskolning, Vit 2 & 4 km, Gul 2 & 2,5 km Ungdomar t o m 12 år får pris direkt efter målgång mot uppvisande av karta. I Tävlingsklass t o m HD21 Prisutdelning efter klasserna avslutats. Tider och antal framgår av pris PM som anslås på arenan.
TOALETTER	Vid arenan och vid start 1 - men där enbart 2st med enkel tunna i enmanstält
DUSCH:	Varmdusch inomhus i anslutning till arenan
SERVERING:	Sedvanlig välförsedd marka med smörgåsar, hembakat, hamburgare, korv och OKK favoriten " Kolbulle " såklart!
SPORTFÖRSÄLJNING	Letro Sport finns på plats
SJUKVÅRD	Första hjälpen sjukvård finns på arenan. Hjärtstarter finns på plats
BARNPASSNING:	Erbjuds ej, vid behov kan vi erbjuda flexibla starttider
MINIKNAT	Finns i anslutning till arenan - Avgift 20 kr
Prova Eco Aim skytte	I anslutning till miniknat finns också möjlighet att prova på ECO-aim – laser gevär skytte - som ibland används i samband med Orienteringsskytte och t ex vid Skidskyttekampen på Stockholms stadion.
MICRO ORIENTERING	SOF (Sörmlands Orienteringsförbund) arrangerar en mikroorientering där barn och ungdomar kan utmana varandra på en tids- eller Knock-out bana. SOF passar även på att informera om årets aktiviteter för 13 –20 åringar i Sörmland. Alla barn som springer för en Sörmlandsklubb och deltar i detta kommer att få en biljett för att kvittera ut en korv och en festis som SOF bjuder på.

**HUVUD-
FUNKTIONÄRER:**

Tävlingsledare: Gun Molin Jansson 070-527 29 35

Bitr.tävlingsledare: Karl Read

Sekretariat: Mats Anderling 070-516 16 53

Banläggare: Per Lexell

Bankontrollant: Göran Davidsson

Tävlingskontrollant: Kjell-Åke Pramlid