

Klasser:	Tävlingsklasser		Motionsklasser
	D10	H10	IN
	D12	H12	U1
	D12 Kort	H12 Kort	U2
	D14	H14	Öppna motionsklasser
	D14 Kort	H14 Kort	
	D16	H16	ÖM 1
	D16 Kort	H16 Kort	ÖM 2
	D18	H18	ÖM 3
	D20	H20	ÖM 4
	D21Kort	H21Kort	ÖM 5
	D21	H21	ÖM 6
	D35	H35	ÖM 7
	D40	H40	ÖM 8
	D45	H45	ÖM 9
	D50	H50	
	D55	H55	
	D60	H60	
	D65	H65	
	D70	H70	
	D75	H75	
	D80	H80	
	D85	H85	
	D90	H90	
Tävlingskategori:	Nationell långdistanstävling		
Anmälan:	Anmälan görs via Eventor. Senast onsdag 14 april kl 24.00		
Efteranmälan:	Senast onsdag 17 april kl 24.00 via Eventor mot 50% höjd startavgift.		
Anmälningsavgift:	Vuxna 100 kr, ungdom t.o.m 16 år 50 kr. Faktureras i efterhand, utländska klubbar betalar till sekretariatet på tävlingsdagen.		
Lottning:	Efteranmälda kommer att lottas in med ordinarie anmälda. Startlista kommer publiceras 18 april.		
Stämplingssystem:	Sportident, eget bricknummer anges vid anmälan. Vid hyra av bricka tas en avgift på 25 kr.		
Samling:	Vägvisning från Nykvarns motet, E20 1 mil väster Södertälje. Däriifrån ca 4 km		
Start- och resultatlista:	Publiceras i Eventor.		

Direktanmälan:	Anmälan på tävlingsdagen ute på TC kan ske till klasserna ÖM1-ÖM9 samt U1, U2 och Inskolning.
Parkering:	På anvisad plats, max 2000 m från TC, längre på grund av snöläget på den tänkta parkeringen. P-avgift 20kr
Start:	Första start klockan 10.30. OBS: Fri minutstart i klasser H/D35 och äldre kl 10.30-12.30. Start 1&2 ca 500 meter från TC
Karta:	Skala 1:10 000 ekvidistans 5 meter. Reviderad 2012. Färgutskriften av BL-Idrottsservice.
Terrängbeskrivning:	Terrängtyp: I huvudsak sammanhängande skogsmark med enstaka stigar och skogsvägar. Banor som kräver ledstångsorientering går i ett mindre område med sammanhängande stignät. Kupering: Måttligt kuperad terräng med både detaljrika och detaljfattiga höjdparter. Området utgörs främst av en stor ås med flacka höjd och mosspartier uppe på. Framkomlighet: Mycket god till god framkomlighet. Vegetationen består huvudsakligen av gles barrskog i varierande ålder.
Mål:	Målstämpling
Omklädnad / Dusch:	Varmvatten utomhus för både damer och herrar.
Barnaktiviteter:	Miniknat mellan kl 10.30 och 12.00. Ingen barnpassning.
Servering:	Välsorterad servering med hamburgare.
Sportförsäljning:	Letro Sport
Tävlingsledning:	Sven Undeland & Håkan Sjögren
Banläggare:	Håkan Kleijn
Bankontrollant:	Anders Axling
Upplysningar:	Sven Undeland tel 0703637076 Håkan Sjögren tel 0707680256

