

SM
MTB-O
7-9 JUNI 2013
KVARNSVEDEN • BORLÄNGE

PM
SM MTB-O 2013
7-9 juni Kvarnsveden, Borlänge



Sprint-, Medel- och Långdistans

3:e, 4:e och 5:e deltävlingen
i Svenska MTB-O Cupen 2013



På uppdrag av Svenska Orienteringsförbundet inbjuder Kvarnsvedens GoIF OK till Svenska Mästerskapen i Mountainbikeorientering för seniorer, juniorer, ungdomar samt Riksmästerskap för veteraner 7-9 juni 2013. För seniorer och juniorer räknas samtliga tävlingar även som deltävlingar i Svenska MTB-O Cupen 2013.

 **TRIMTEX**
TECHNICAL TEAMWEAR

 **Borlänge**

www.carinassmedja.se

 **ELJASmotor**

 **TRIONA**

BränsleBolaget

 **MaserFrakt**

 **cykelcentrum**

SSAB

 **MIDROC**


SIMPLUS
MORA, SWEDEN

NORDENMARK
Adventure

Samling

- SM-Center med bl.a. tävlingsexpedition är belägen vid Mellsta Camping, 5 km N Borlänge (GPS: N60.51388,E15.38506). Vägvisning efter RV70/E16.
- Arenan för Sprintdistansen den 7 juni är belägen vid Mellsta Camping, 5 km N Borlänge (GPS: N60.51388,E15.38506). Vägvisning efter RV70/E16
- Arenan för Medeldistansen den 8 juni är belägen vid Bäsna IP (GPS: N60.54423,E15.22726). Vägvisning efter RV70/E16 vid Mellsta, 5 km N Borlänge och därefter 11 km.
- Arenan för Långdistansen den 9 juni är belägen vid Bäsna IP (GPS: N60.54423,E15.22726). Vägvisning efter RV70/E16 vid Mellsta, 5 km N Borlänge och därefter 11 km.

Tävlingsexpedition och deltagarpåsar

Deltagarpåse ska uthämtas vid tävlingsexpeditionen som är belägen vid SM-Center vid Mellsta Camping. Deltagarpåsen innehåller bl.a. nummerlappar för de tävlingar som respektive tävlande är anmäld till. 3 st buntband per nummerlapp finns i deltagarpåsen.

Öppettider Tävlingsexpedition:

Torsdag kl. 09.30–19.00

Fredag kl. 09.30–21.00

Lördag kl. 16.00–21.00

Deltagarpåsar som ej är uthämtade under fredagen kan uthämtas vid arenan i Bäsna både på lördagen och söndagen.

Program

Model Event, torsdag- fredag den 6-7 juni

Arena:	Start och mål vid Amsbergs IP
Första start:	Kl. 10.00 torsdagen den 6 juni
Sista start:	Kl. 16.00 fredagen den 7 juni

Sprint, fredagen den 7 juni

Arena:	SM-Center, Mellsta Camping
Första start:	Kl. 17.00
SM-middag och prisutdelning:	Kl. 19.30 vid SM-Center, Mellsta Camping (Prisutdelning ca kl. 20.00–20.30)

Medel, lördagen den 8 juni

Arena:	Bäsna IP
Första start:	Kl. 11.00
SM-middag och prisutdelning:	Kl. 18.00 vid SM-Center, Mellsta Camping (Prisutdelning ca kl. 19.30–20.00)

Lång, söndagen den 9 juni

Arena:	Bäsna IP
Första start:	Kl. 10.00
Prisutdelning:	Efter avslutad tävling vid arenan Bäsna IP

Anmälan Öppna klasser

Anmälan till öppna banor kan göras på plats vid arenan på tävlingsdagen så länge det finns kartor kvar.

Startavgifter för Öppna banor enligt SOFT:s rekommendationer för MTB-O tävlingar 2013

- T.o.m. 20 år 100:-/deltagare
- 21 år och äldre 125:-/deltagare

Klubbar anslutna till SOFT faktureras. Övriga och utländska deltagare betalar kontant vid TC.

Klasser och banlängder, Sprint

Klass	Banlängd	Kontroller	Klass	Banlängd	Kontroller
D21 SM/Övriga	5 600 m	22 st	H21 SM/Övriga	6 000 m	25 st
D17-20 JSM/Övriga	4 500 m	17 st	H17-20 JSM/Övriga	5 100 m	19 st
D40 RM/Övriga	4 500 m	17 st	H40 RM/Övriga	5 100 m	19 st
D50 RM/Övriga	3 400 m	15 st	H50 RM/Övriga	4 500 m	17 st
D60 RM/Övriga	3 400 m	15 st	H60 RM/Övriga	4 000 m	16 st
D70 RM/Övriga	3 100 m	14 st	H70 RM/Övriga	3 400 m	15 st
D16 USM/Övriga	4 000 m	16 st	H16 USM/Övriga	4 500 m	17 st
D14	3 400 m	15 st	H14	3 400 m	15 st
D12	3 100 m	14 st	H12	3 100 m	14 st
Öppen Kort	3 100 m	14 st			
Öppen Mellan	4 000 m	16 st			
Öppen Lång	5 600 m	22 st			

Klasser och banlängder, Medel

Klass	Banlängd	Kontroller	Klass	Banlängd	Kontroller
D21 SM/Övriga	9 050 m	13 st	H21 SM/Övriga	10 860 m	15 st
D17-20 JSM/Övriga	7 080 m	11 st	H17-20 JSM/Övriga	9 050 m	13 st
D40 RM/Övriga	7 080 m	11 st	H40 RM/Övriga	9 050 m	13 st
D50 RM/Övriga	5 230 m	10 st	H50 RM/Övriga	7 080 m	11 st
D60 RM/Övriga	5 230 m	10 st	H60 RM/Övriga	7 080 m	11 st
D70 RM/Övriga	3 490 m	7 st	H70 RM/Övriga	5 230 m	10 st
D16 USM/Övriga	5 230 m	10 st	H16 USM/Övriga	7 080 m	11 st
D14	5 230 m	10 st	H14	5 230 m	10 st
D12	3 490 m	7 st	H12	3 490 m	7 st
Öppen Kort	3 490 m	7 st			
Öppen Mellan	7 080 m	11 st			
Öppen Lång	9 050 m	13 st			

Klasser och banlängder, Lång

Klass	Banlängd	Kontroller	Klass	Banlängd	Kontroller
D21 SM/Övriga	16 080 m	19 st	H21 SM/Övriga	21 040 m	23 st
D17-20 JSM/Övriga	13 080 m	14 st	H17-20 JSM/Övriga	16 080 m	19 st
D40 RM/Övriga	13 080 m	14 st	H40 RM/Övriga	16 080 m	19 st
D50 RM/Övriga	11 560 m	12 st	H50 RM/Övriga	13 080 m	14 st
D60 RM/Övriga	7 270 m	12 st	H60 RM/Övriga	11 560 m	12 st
D70 RM/Övriga	4 790 m	8 st	H70 RM/Övriga	7 270 m	12 st
D16 USM/Övriga	11 560 m	12 st	H16 USM/Övriga	13 080 m	14 st
D14	7 270 m	12 st	H14	7 270 m	12 st
D12	4 790 m	8 st	H12	4 790 m	8 st
Öppen Kort	4 790 m	8 st			
Öppen Mellan	9 430 m	12 st			
Öppen Lång	13 080 m	14 st			

Tävlande representerande utländsk förening får delta i tävlingen, dock ej tävla om nationella mästerskapstitlar. De är därför hänvisade till klasser med benämningen "Övriga".

Svenska MTB-O Cupen 2013

Tävlingar under SM-helgen ingår som deltävling nr 3, 4 och 5 i Svenska MTB-O Cupen 2013 för klasserna H21, D21, H 17-20 och D 17-20. Tävlände representerande utländsk förening i klasserna D/H21 Övriga och D/H17-20 Övriga kommer att slås ihop med respektive SM-klass för poänggivning i Svenska MTB-O Cupen. För mer info om cupen se: orientering.se/Arbetsrum-ovriga/Mountainbike-orientering/Tavlande/SvenskaMTBO-Cupen/.

Model Event

Under torsdagen den 6 juni och fredagen den 7 juni finns möjlighet till träning i relevant SM-terräng då ett Model Event anordnas i Havtrolletområdet som är beläget ca 3 km N om SM-Centret i Mellsta. Start och mål vid Amsbergs IP, vägvisning efter RV70/E16 (GPS: N60.52886,E15.33568), möjlighet finns att cykla dit. Anmälan för Model Event kan göras på tävlingsexpedition vid SM-Center för en kostnad av 50 kr/deltagare.

Terrängbeskrivning

Model Event: Skogsmark som till större delen utgörs av tallhed samt inslag av bebyggelse. Planbilden består av vägar och stigar i ett sammanhängande nät. En del stigar med sandig botten förekommer. Svag till måttlig kupering med ett antal större gropar och branta sluttningar. Vegetationen består av barr- och lövskog.

Sprint: Skogsmark som till större delen utgörs av tallhed samt inslag av bostadsområden. Planbilden består av grus- och asfaltsvägar samt stigar i ett sammanhängande nät. En del stigar med sandig botten förekommer. Svag till måttlig kupering med ett antal större gropar och branta sluttningar. Vegetationen består av barr- och lövskog. Avslutningen på banorna sker inne på ett campingområde.

Medel: Skogsmark som till större delen utgörs av tallhed samt inslag av bebyggelse. Planbilden består av vägar och stigar i ett sammanhängande nät. En del stigar med sandig botten förekommer. Måttlig till stark kupering med ett antal större gropar och branta sluttningar. Vegetationen består av barr- och lövskog. Avslutningen på banorna passerar en ravin.

Lång: Skogsmark som till större delen utgörs av tallhed samt inslag av bebyggelse. Planbilden består av vägar och stigar i ett sammanhängande nät. En del stigar med sandig botten förekommer. Måttlig till stark kupering med inslag av flackare partier samt ett antal större gropar och branta sluttningar. Vegetationen består av barr- och lövskog. Alla banor passerar genom ett samhälle med asfaltsvägar och alla längre banor passerar över ett berg med stenigare stigar.

Kartor

Model Event: Havtrollet i skala 1:15 000/1:10 000/1:7 500, ekv. 5 m A4-format.

Sprint: Övre Tjärna/Båtsta i skala: 1:7 500, ekv. 2,5 m A4-format för alla klasser.

Medel: Bäsna i skala 1:10 000, ekv. 5 m A4-format för åldersklasserna H12, D12, D70 och Öppen Kort. A3-format för övriga klasser.

Lång: Bäsna i skala 1:10 000/1:15 000, ekv. 5 m
1:10 000 för åldersklasserna H12, D12, H14, D14, H70, D60, D70 samt Öppen Kort.
1:15 000 för övriga klasser.
A4-format för åldersklasserna H12, D12, H14, D14, H70, D60, D70 samt Öppen Kort.
A3-format för övriga klasser.

Kartorna är reviderade och konverterade till IOF:s MTBO-norm 2013. Laserutskrift.

Kartbyte och kontrollnumrering

Sprint: Samtliga klasser har ett kartbyte. Kartbyte sker genom vändning av kartan. OBS! Obligatoriskt för samtliga klasser att följa snitselmarkering från näst sita till sista kontrollen.

Medel: Åldersklasserna H21, D21, H17-20 och H40 har ett kartbyte. Kartbytet sker genom vändning av kartan.

Lång: Åldersklasserna H21, D21, H17-20, D17-20, H16, D16 och H40-H60, D40-D50 samt Öppen Lång har kartbyte. Kartbytet sker genom vändning av kartan. Åldersklasserna H21, D21, H17-20 och H40 har även ett andra kartbyte med ny karta (A4). Den tävlande ansvarar för att rätt karta för rätt klass tas vid kartbytet. OBS! Obligatoriskt att följa snitselmarkering till det andra kartbytet.

Efter kartbyte fortsätter banorna med en ny startpunkt. Kodsiffra är tryckt på kartan i anslutning till kontrollnumret, t.ex. 4-132.

Stämplingssystem

SportIdent. Brickor från version 5 till 11 stöds. Löpare som ej angivit bricknummer vid anmälan tilldelas bricka genom arrangörens försorg. Kostnad 30 kr per tävlingsdag. Ett begränsat antal SI-brickor finns att även att hyra på tävlingsdagen för deltagare i öppna klasser. Ej återlämnad SI-bricka debiteras med 500 kr.

Nummerlapp

Nummerlapp ska användas av alla deltagare i tävlingsklass. Nummerlapp finns i deltagarpåsen som uthämtas i tävlingsexpeditionen vid SM-Center innan start. Nummerlappar som ej är uthämtade vid SM-Center kan uthämtas vid arenan i Bäsna både på lördagen och söndagen. Nummerlappen ska vara fäst på styret med buntband väl synlig framifrån. Den tävlande ansvarar för att rätt nummerlapp för rätt distans används.

Start

Sprint:

Första start kl. 17.00 för tävlingsklasser. Öppna klasser har fri starttid mellan kl. 17.00 och 18.00. Alla klasser har samma start.

Till start: Följ orange/vit snitsel från arenan 2 900 m.

Vägen till start går på cykelvägar och bostadsområdesvägar, se upp och visa hänsyn. Vanliga trafikregler gäller.

Medel:

Första start kl. 11.00 för tävlingsklasser. Öppna klasser har fri starttid mellan kl. 11.00 och 12.00. Alla klasser har samma start.

Till start: Följ orange/vit snitsel från arenan 750 m. Vägen till start går på byvägar, se upp och visa hänsyn. Vanliga trafikregler gäller. OBS! Uppvärmning får endast ske efter vägvisning till start.

Lång:

Första start kl. 10.00 för tävlingsklasser. Öppna klasser har fri starttid mellan kl. 10.00 och 11.00. Alla klasser har samma start.

Till start: Följ orange/vit snitsel från arenan 750 m. Vägen till start går på byvägar, se upp och visa hänsyn. Vanliga trafikregler gäller. OBS! Uppvärmning får endast ske efter vägvisning till start.

Tävlingsklasser: Starttider enligt startlista. "Gå fram tid" 2 minuter innan angiven starttid. Kartan erhålls 1 minut innan start.

Öppna klasser: Kartan erhålls innan start. Startstämpling i startögonblicket.

Överdragskläder

Överdragskläder transporteras från start till arenan.

Målgång

Följ snitsel och målfålla in i mål. Målstämpling på mållinjen och därefter urläsning av SI-bricka i sekretariatet.

Maxtid

Sprint: 1,5 timmar.
Medel: 2,5 timmar.
Lång: 3,5 timmar.

Vätska

Vätska medtages av åkaren själv efter banan.

Viltrapport

Vid arenan i anslutning till mål.

Avlysning av tävlingsområden

Tävlingsområdet är avlyst för träning och tävling för tävlande och ledare t.o.m. den respektive tävlandes starttid, redovisning finns på Eventor.

Förbjudna områden

Sprint: RV70/E16 och järnvägen i tävlingsområdet är förbjudna att beträda och är markerade på kartan. Banläggningen är lagd så att cyklisterna har kontroller i samband med passage via tunnlar för att ta sig under dessa. En annan större väg är också förbjuden att beträda och får endast passeras vid markerad övergång. OBS! Det är enbart tillåtet att cykla på befintliga stigar, cykelvägar och gator/vägar samt 100% gula områden som redovisas på kartan. T.ex. i sandtag får endast markerade stigar och vägar följas. Ytterligare begränsningar av detta är markerat som förbjudet på kartan.

Medel/Lång: Järnvägen i tävlingsområdet är förbjuden att beträda, passage får endast ske vid markerade övergångar och tunnlar. OBS! Det är enbart tillåtet att cykla på befintliga stigar, cykelvägar och gator/vägar samt 100% gula områden som redovisas på kartan. Ytterligare begränsningar av detta är markerat som förbjudet på kartan.

Allmänna regler

IOF:s tävlingsregler gäller. **Håll till höger vid möte** vilket är viktigt att tänka på då vägval kommer att göra att cyklister möts på stigarna. Då tävlingen avgörs i strövområde och i villaområde är det viktigt att vi som cyklister visar god hänsyn till personer som befinner sig i skogen och som bor och befinner sig på gator och cykelvägar. Signalera och hälsa gärna för att uppmärksamma att ni kommer. Flaggvakter som påkallar bilisters och cyklisters uppmärksamhet förekommer på de mest trafikerade övergångarna men observera att vanliga trafikregler alltid gäller.

OBS! Från och med 2013 är reglerna ändrade så att man numera inte behöver ha sin SI-bricka fäst vid cykeln.

Tävlande, funktionärer och åskådare medverkar i och besöker tävlingen på egen risk

Kartställ

Ett begränsat antal Nordenmark-kartställ av enklare modell kommer att finnas att hyra mot en kostnad av 50 kr per tävlingsdag (begränsat antal) för den som vill prova på MTBO. Ej återlämnat kartställ debiteras med 500 kr. Kartställ bokas via Eventor eller innan start på tävlingarna. Nordenmark-kartställ kommer även att finnas att köpa i samband med tävlingarna.

Omklädning/Dusch/Toaletter

Sprint: Ombyte och dusch samt toaletter inomhus i anslutning till arenan på Mellsta Camping. OBS! Ingen toalett vid start.

Medel & Lång: Begränsat utrymme för ombyte och dusch inomhus finns i anslutning till arenan på Bäsna IP. För övrigt hänvisar vi till ombyte och dusch inomhus vid SM-Center, Mellsta Camping. OBS! Ingen toalett vid start.

Cykeltvätt

Sprint: Cykeltvätt finns i anslutning till arenan på Mellsta Camping.

Medel & Lång: Cykeltvätt finns i anslutning till arenan på Bäsna IP samt vid SM-Center, Mellsta Camping.

Servering

Sprint: Enklare servering finns i anslutning till arenan. För övrigt hänvisar vi till serveringen på Mellsta Camping.

Medel & Lång: Enklare servering finns i anslutning till arenan.

Priser

SM-medaljer till 1:a, 2:a och 3:a i SM/JSM/USM-klasserna. RM-medaljer 1:a, 2:a och 3:a i RM-klasserna. För övrigt priser till deltagarna enligt SOFT:s rekommendationer. Priser till alla i ungdomsklasserna. Priser i klasser benämnda "Övriga" till de främsta.

SM-middag

SM-middag kommer att serveras i serveringen vid SM-Centret, Mellsta Camping både fredag och lördag kväll i samband med prisutdelning. På lördagens SM-middag kommer vi även att bjuda på musikalisk underhållning.

Menyer

Fredag 7 juni:	Pastabuffé inkl. salladsbuffé, måltidsdryck och kaffe 100 kr/person (vuxen) 60 kr/person (barn upp till 14 år)
Lördag 8 juni:	Filébuffé inkl. salladsbuffé, måltidsdryck och kaffe 175 kr/person (vuxen) 100 kr/person (barn upp till 14 år)

SM-middag bokas genom Eventor eller via mejl till mtbo@kgoifok.se senast tisdagen den 4 juni. Eventuellt kvarvarande matbiljetter kan köpas på Tävlingsexpeditionen.

Cykelservice

Cykelcentrum erbjuder service av cyklar i sin butik med verkstad i Borlänge centrum, Stationsgatan 22. Telefon: 0243-136 47. E-post: info@cykelcentrum.se. Hemsida: www.cykelcentrum.se. Öppettider under SM-helgen: Torsdag STÄNGT, Fredag kl. 08.00-19.00, Lördag kl. 08.00-16.00.

Sjukvård

Finns på arenan.

Massage

Möjlighet till massage finns på arenan i Bäsna under lördag (kl. 12.30-14.30) och söndag (kl. 12.00-14.00) genom Marie Sundgren Massage och Friskvård mot en kostnad av 200 kr för 15 minuter.

Liveresultat

Liveresultat samt speakerljud och video från arenan kommer att finnas. För mer information, se SM-sidan på Kvarnsvedens hemsida: www.kgoifok.se.

Information

PM, Startlista och Resultat samt annan information publiceras på Kvarnsvedens GOIF's hemsida: www.kgoifok.se samt under tävlingsinformation på Eventor. Information finns även på Facebooksidan: www.facebook.com/smmmtbo2013.

Tävlingsjury

Magnus Wallenborg, IF Thor
Anders Stjerndahl, IFK Lidingö
Håkan Lång, Länna IF

Tävlingsledning

Tävlingsledare:	Peter Bergström, 070-771 03 40
Biträdande tävlingsledare:	Anders Malmberg, 070-724 57 13
Banläggare:	Stefan Killberg, Långdistans (huvudansvarig) Esbjörn Andrén, Medeldistans Martin Hammarberg, Sprintdistans Maria Cutova
Speaker:	Ing-Marie Andrén, 070-663 25 59
Pressvärd:	Per Sandberg, Säterbygdens OK
Tävlingskontrollant:	Per Spik, Leksands OK
Bankontrollant:	Jannike Wåhlberg, Svenska Orienteringsförbundet
SOFT:s representant:	
Kontakt E-post:	mtbo@kgoifok.se

Vi hälsar alla hjärtligt välkomna till ett trevligt mästerskap i Dalarna! Kvarnsvedens GOIF OK