



Parstafett söndag 8 juni

Vi avslutar Sprintheugen med en intensiv parstafett i den gamla danskstaden Kristianopel.

Klasser

HD12, D16, H16, D21, H21, HD45*

Öppen motion 1, Öppen motion 7

* I klassen HD45 får lag med damer och äldre herrar handicap. Varje D45- och H60-löpare ger 5 minuter handicap och varje D60-löpare ger 10 minuter handicap.

Laget består av två personer som inte behöver representera samma klubb. Varje person springer två sträckor, vilket innebär fyra sträckor totalt för laget.

Spridningsmetoder förekommer på samtliga sträckor förutom i HD12.

Anmälan

Anmäl laget via eventor.orientering.se senast söndag den 1 juni. Avgiften per lag är 250 kr för vuxna och 120 kr för ungdom upp till 16 år. Efteranmälan senast torsdag den 5 juni kl. 20.00 mot 50% högre avgift.

Laguppställningar

Laguppställningar lämnas in på www.sprintheugen.se eller på förläggningen senast lördag 7 juni kl. 18.00.

Start

Första klassen startar klockan 10.00.

Samling

Tävlingsarenan är mitt i Kristianopel. Vägvisning från E22 i Fågelmara. 10 kilometer norr om Jämfö.

Avstånd från parkeringen till arenan är 1000 meter.

Karta

Reviderad 2014, skala 1:4 000 och ekvidistans 2,5 meter. Sprintnormen används.

Terräng

Gammal stadsmiljö med gränder, hamn och ringmur. Öppna snabbblöpta gräsytor och ängar med stenmurar, rösen och stränder mot havet. Ett sommarstugeområde och intilliggande skogsparti med varierande framkomlighet.

Klädsel

Inget krav på heltäckande klädsel. Kortbyxor och linne är tillåtet.

Priser

Priser delas ut till de bästa lagen i varje klass. Prisceremonin äger rum vid målområdet efter tävlingens slut.

Vid den individuella tävling och i parstafetten samlar alla upp till 16 år poäng i en klubbävling. Bästa klubb vinner ett träningsläger med tre träningar och en övernattning för lika många deltagare som fullföljde Sprintheugen.

Poängberäkningssystem finns på www.sprintheugen.se.

Servering

Vi säljer bland annat hamburgare, fika, dricka och godis.

Dusch

Det finns möjligen att duscha på Kristianopels camping. Alternativt bad i havet.

Boende

Vi har en o-camp i Jändelskolan i Jämsjö hela helgen med mat och aktiviteter. Vi har även förslag på andra boenden. Läs mer på www.sprintheugen.se.

Huvudfunktionärer

Tävlingsledare: Peter Andersson, peterand@telia.com, 0455-480 14

Sekrateriat: Johan Jacobsson, anmalan@okorion.se

Banläggare: Pontus Petersson

Bankontrollant: Clas Lindell

