

NÄRKEDUBBELN 2014

PM Medeldistans söndag 18 maj (KFUM-träffen)

- Tävlingscentrum (TC):** Södra Storstenshöjden: Avfart 112 på E18/E20 genom Örebro, följ vägvisning mot Garphyttan, därefter skyltning mot TC ca 4 km.
- Karta:** Karta reviderad 2013-2014, Ekvidistans 5 m HD60 och äldre skala 1:7 500, övriga klasser skala 1:10 000. Alla kartor är utskrivna på laserskrivare.
- Start:** Första start kl 10:00. Avstånd: Arenan - Start 1700 m. Efteranmälda startar före ordinarie start. I samtliga U, Ö och Inskolning gäller fri starttid mellan 10:00-11:30.
- Nummerlappar:** Självservering vid start för Elitklasser. OBS! Medtag egna säkerhetsnålar!
- Direktanmälan:** Anmälan i anslutning till Arenan kl. 9.30-10.30. Start mellan kl. 10.00-11.30.
Vi erbjuder: Inskolning 1,7 km (grön), U1 2,1 km (grön), U2 2,0 km (vit), ÖM1 2,0 km (vit), ÖM3 2,6 km (gul), ÖM5 3,3 km (orange), ÖM7 3,3 km (blå), ÖM8 4,2 km (svart), ÖM10 2,1 km (grön)
Ungdom t.o.m. 16 år 50 kr, vuxna 90 kr. Hyra av Sportidentbricka 20 kr.
- Skuggning:** Skuggning tillåten för Inskolning, U1 och U2 av personer som springer HD14 uppåt. Karta finns vid start. På inskolningsbanan finns ”glada och ledsna gubbar”.
- Terrängbeskrivning:** Detaljrik skogsmark med ett relativt tätt system av stigar och släpstigar. Måttlig till stark kupering. Mestadels god framkomlighet men partier med tätare vegetation finns. Delar av tävlingsområdet drabbades vintern 2012/2013 av skogsskador i form av toppbrott. Markägaren Sveaskog har dock åtgärdat det mesta av detta men områden med avverkningsrester och ett relativt tätt nät av släpstigar finns på delar av tävlingsområdet.
- Stämplingsmetod:** Elektronisk: Sport Ident i samtliga klasser. Hyrbricka 20:-/dag. Ej återlämnade brickor debiteras med 300 kr tillsammans med fakturan till klubben.
- Kontroller:** Kontrollerna är utmärkta med orange/vit skärm. Vid skärmen finns en SI-enhet placerad. Se till att ljud och ljussignal

registreras vid stämpling. Om inte enheten fungerar, stämpla i reservruta.

Kontrollbeskrivning:	Kontrollbeskrivning finns tryckt på kartan för alla klasser. Lösa kontrollbeskrivningar finns att tillgå vid start.
Förvarning:	I elitklasserna finns radiokontroll och förvarning.
Priser:	Inskolning, U1, U2 och Kortklasserna kan direkt efter målgång hämta sitt pris vid prisutdelningen. Prisutdelning för Elitklasserna och ungdomsklasserna HD 10-16 görs varefter klasserna blir klara och meddelas av speaker.
Startlistor och resultat:	Publiceras på Eventor
Miniknat:	Anmälan och start vid TC, öppet 9:30-12:30. Startavgift 20:-.
Barnpassning:	I anslutning till TC, från klockan 09:30. Avgift 20:-
Parkering:	I anslutning till TC. Avgift 20:-
Toalett:	I anslutning till TC samt vid start.
Dusch:	Varmdusch utomhus. Avstånd från TC ca 400 meter.
Sjukvård:	Första Hjälp finns i anslutning till målet.
Service:	Mycket välsorterad marka. Sporthandel (Löpex Sport)
Övrigt:	Husvagnsuppställning tillåten på parkeringen i mån av plats.
Massage	Rehabiliterande massage erbjuds under tävlingsdagarna av Nils-Olov Åsman. Tidsbokning på plats eller förbokning på tel. 070-578 41 40. Öppet från 07:30 och under hela tävlingsdagen. Kostnad 120 kr för varje 20 minutersmodul. Möjlighet att finns att köpa Kruskavlar och Hot and Cold. Endast kontant betalning.
Tävlingsledare:	Marcus Hardt, 070-727 64 40, emhardt@hotmail.com Anton Blomgren, 073-846 00 09 anton.blomgren@me.com
Banläggare:	Jan Gustafsson, 076-791 55 23
Mediekontakt:	Per Jonhed, 070-288 18 09
Ban- och tävlingskontrollant:	Anders Bergman, 070-558 19 83
Tävlingsjury:	Susanne Hellsing Jonas Karlsson Morgan Svensson

Välkomna önskar

Hagaby GOIF och KFUM Örebro OK

