PM
För-SM 2014

FÖR-SM • HEMFOSA ORIENTERING STOCKHOLM

Medeldistans – lördag 30 augusti 2014
Långdistans – söndag 31 augusti 2014

Tävlingsområdet angränsar till området där SM Medel 2015 kommer att arrangeras. Samma banläggare som vid SM Medel 2015!

Tävlingsarena »Arena Hemfosa«. Vägvisning från gamla Nynäsvägen, väg 545 mellan Gryt och Landfjärden vid avfart mot Sotholmen. Kör av motorvägen till Nynäshamn (väg 73) vid trafikplats Gryt och därefter gamla Nynäsvägen mot Landfjärden söderut ca 4 km.

Kollektiva färdmedel SL-buss nr 847 från Västerhaninge/Ösmo till Sotholmen. Därifrån ca 2 km promenad på grusväg. Tidtabell och ytterligare info finns på sl.se

Parkering Avstånd till TC max 800 m grusväg. Avgift 30 kr/dag, tvådagarsavgift 50 kr. Vid betalning av tvådagarsavgift erhålles en p-biljett som används som betalning efterföljande dag.

Direktanmälan Vid TC på resp. tävlingsdag i öppna motionsklasser, utvecklings- och inskolningsklasser. Öppnar *medeldistans lördag* kl. 10.00 och *långdistans söndag* kl. 9.00. Fri starttid *medeldistans lördag* kl. 11.00–13.00, *långdistans söndag* kl. 10.00-12.00.

Avgift vuxna 110 kr, ungdomar 65 kr. Hyra av Sportidentbricka 30 kr. Klubblösa och löpare som representerar utländska klubbar betalar kontant.

Stämplingssystem Sportident. Hyrbrickor hämtas vid direktanmälan. Borttappad hyrbricka debiteras 400 kr. Om kontrollenheten är ur funktion ska stämpling göras i reservruta som är tryckt på kartan.

Nummerlappar Löpare i elitklasserna bär nummerlapp både på *medeldistans lördag* och *långdistans söndag*. Löpare i klasserna HD12, HD14 och HD16 bär nummerlapp på *långdistans söndag*. Självservering vid start, se startlistan.

Karta *Medeldistans lördag:* Skala 1:7 500 för klasserna HD60-. Övriga klasser, skala 1:10 000
Långdistans söndag: Skala 1:15 000 för klasserna HD16-HD21. Skala 1:7 500 för klasserna HD60-. Övriga klasser, skala 1:10 000.

Offsettryckt karta i skala 1:15 000. Digitalt färgutskriven karta i övriga skalor. Kartan är framställd av SÖKA, reviderad 2013-2014. Ekvidistans 4 m.

Kartkomplettering På kartan förekommer telefonledningar som inte är utmärkta på kartan (enligt kartnormen). De går bl.a. parallellt med en riktig kraftledning som är markerad på kartan.
Se kartkomplettering vid start på *långdistans söndag*.

Drivningsvägar På kartan finns två typer av drivningsvägar. Ett nytt område som berör *långdistans söndag* som har tydliga och leriga spår. Resten av drivningsvägarna på *långdistans söndag* och framförallt på *medeldistans lördag* är gamla och gräs/ormbunkar gör dem otydliga. De drivningsvägar som berör de yngre ungdomsbanorna är röjda för att öka tydligheten.

PM fortsätter på sid 2

Skarpnäcks OL

NYNÄSHAMN • EKOKOMMUN •

Gröna gårdar

TULLINGE SK
BOTKYRKA

Hemfosa
FASTIGHETER

FÖR-SM•HEMFOSA ORIENTERING STOCKHOLM

PM fortsättning från sid 1

Terrängbeskrivning Måttligt kuperad vildmarksterräng som domineras av lättframkomliga detaljerade hällmarker med god sikt. Mellan hällmarkerna är det gott om sankmarker. God framkomlighet med mindre täta områden och ett nyligen gallrat område där ris på marken förekommer. Området korsas av en motorväg, i övrigt finns enbart några körvägar och ett fåtal stigar och drivningsvägar. Åkermark förekommer endast vid mål och startplatserna.

Kontrollbeskrivning Lösa kontrollbeskrivningar finns vid start. Kontrollbeskrivningen är också tryckt på kartan.

Otydliga stigar Otydliga stigar är markerade med vit snitsel i skogen.

Tillverkade stigar Ett antal tillverkade stigar finns och dessa är markerade med röd/vit ATA-snitsel i skogen. Tillverkade stigar är tryckta med violett färg på kartan.

Förbjudna områden Förbjudna områden är tryckta på kartan. Där begränsningslinje är ritad på kartan är de markerade med gul/blå ATA-snitsel i skogen.

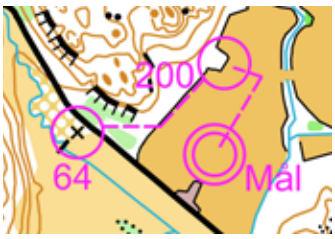
Start lördag Första start *medeldistans lördag* kl. 11.00.
Avstånd 1000 m grusväg/ängsmark, orange/vit snitsel. Toalett finns i anslutning till start.

Start söndag Första start *långdistans söndag* kl. 10.00.
Start 1 - *långdistans söndag* för Elitklasser, D14-D45, H14-H65, HD16 Kort, HD17-20 Kort, ÖM6, ÖM8, ÖM9.
Avstånd 800 m mestadels grusväg/ängsmark, orange/vit snitsel. Toalett finns i anslutning till start.
Start 2 - *långdistans söndag* för övriga klasser. Avstånd 600 m hyggesmark med grov botten, orange/blå snitsel. Toalett finns ej i anslutning till start.

Överdragskläder Transporteras från start till TC.

Vätska Finns på *långdistans söndag* för de längre banorna, tryckt på kartan. Vätskan finns bl.a. längs en väg vid passager av ett förbjudet område. För att göra passagerna tydligare på kartan så har vätskesymbolerna placerats direkt norr om vägen. Vätskan är alltså inte placerad i centrum av vätskesymbolen utan direkt söderut på vägen.

Varvning/målgång långdistansen söndag Elitklasser, HD21, H20, H18 och H21 Kort har VARVNING på arenan. Varvningen går mellan kontroll 64 och 200 som en snitslad passage. Efter kontroll 200 fortsätter banan från kontrollen och varvande löpare ska INTE springa in i målfållan.
HD14 Kort, HD12, H12 Kort, HD 10, U2, U1, Inskolning och ÖM 1-3 har samma snitslade passage mellan kontroll 64 och 200. Efter kontroll 200 ska dessa springa i målfållan och gå i mål. Funktionär kommer finnas på plats för att hjälpa till.



Maxtid Två timmar på *medeldistans lördag* och tre timmar på *långdistans söndag*.

Viltrapport Iakttagelser av klövdjur i tävlingsområdet ska rapporteras vid viltrapporteringen direkt efter målgång.

Första hjälpen Sjukvårdskunnig personal finns vid TC för hjälp med enklare omplåstring m.m.

Dusch Varmdusch utomhus vid TC. Endast miljövänlig tvål får användas, tillhandahålls av arrangören.

Toaletter Finns vid TC och i anslutning till start (ej Start 2, *långdistans söndag*)

Miniknat Öppnar lördag kl. 10.00 och söndag kl 9.00. Avgift 20 kr, olika banor lördag och söndag.

Barnpassning Öppnar lördag kl. 10.00 och söndag kl 9.00. Avgift 20 kr, minimiålder 2 år.

Servering Välsorterad marka med ekologiska hamburgare gjorda på hängmörat ekologiskt kött från Gröna gårdar.

Sportförsäljning Finns vid TC genom OL-specialisten.

Priser Priser delas ut i elit- och ungdomsklasserna. Antal priser i resp. klass anslås på resultattavlan vid TC. Samtliga deltagare i Inskolning och U-klasser får pris i samband med målgång. Ej uthämtade priser tillfaller arrangören.

Information PM, startlistor och resultat publiceras på Eventor. Sträcktider publiceras på Winsplits. Ytterligare info ges av Björn Axelsson, tel 0733-403183, bj.ax@privat.utfors.se

Tävlingsledning Björn Axelsson och Lars Segerman.

Banläggare Elit- och vuxenklasser – Per-Ove Melinder

Ungdoms- och utvecklingsklasser – Ari Sahlsten

Skarpnäcks OL

NYNÄSHAMN • EKOKOMMUN •

Gröna gårdar

TULLINGE SK BOTKYRKA

Hemfosa FASTIGHETER