



PM DM Lång 2014

Arena	Kolhammar, Odensala. Vägvisning från väg 898 i Märsta. (Märsta trafikplats söderifrån (avfart 180)) och Måby trafikplats norrifrån (avfart 182)) Lat N 59° 40' 2" Lon E 17° 46' 57"
Trafik	Tillfartsvägen till TC från Märsta utgörs sista 5 km av en smal asfalterad väg med bitvis väldigt skymd sikt. Iakttag stor försiktighet och håll hastigheten nere!
Parkering	I anslutning till arenan. Parkeringsavgift 30 kr Avstånd parkering – TC c:a 200-400 meter. Pga. av den senaste tidens regnande har vi haft stora problem med att få till stånd parkeringsytor. Samåkning för att få ner antalet bilar är av yttersta vikt. Inga husbilar eller husvagnar kommer att tillåtas på parkeringsytorna och det finns inte plats att stå längs några vägar.
Efteranmälan	Senast 3 september i Eventor
Vakansplatser	I ungdomsklasserna finns ett antal vakansplatser. Anmälan till dessa ska göras tävlingsdagen på tävlingsexpeditionen mellan kl. 09:00 och 09:30
Direktanmälan	På arenan för klasserna Inskolning, U1-U2 och ÖM1, ÖM3-ÖM9 mellan kl. 09:00 och 11:00. Start senast kl. 12:30
Lottnings- och seedningskriterier	Ingen seedning
Start	Första start kl. 10.00
Maxtid	2 timmar
Nummerlappar	Klasserna HD14, HD16 och HD21 ska bära nummerlappar. Självservering vid starten
Karta	Skala 1:15 000 för HD16-HD21. Skala 1: 7 500 för HD 60- . Skala 1:10 000 för övriga. Tryckt 2014. Nyreviderad 2014 av Leif Berg. Delar av kartan är nyritad i sin helhet
Stämplingssystem	Sportident. Egna brickor får användas. SI-nummer anges i samband med anmälan. Hyrbricka tilldelas löpare som inte anger SI-nummer vid anmälan, kostnad 30 kr, förlorad hyrbricka debiteras med 550 kr.
Startlistor	Publiceras i Eventor senast 4 september



Avstånd till start

350 meter

Klassammanslagningar

D85 har slagits samman med D80

Banlängder

Mästerskapsklasser Banlängder (km)

D10	2,2
H10	2,3
D12	3,2
H12	3,1
D14	3,7
H14	3,6
D16	4,5
H16	5,3
D18	5,1
H18 Up	6,5
H18 Sto	7,3
D20	5,4
H20 Up	7,3
H20 Sto	10,2
D21	8,0
H21	12,7
D35	6,0
H35	7,9
D40	4,9
H40	7,6
D45	4,5
H45	6,6
D50	4,1
H50	5,9
D55	4,1
H55	5,8
D60	3,6
H60	4,9
D65	3,6
H65	4,5
D70	3,0
H70	4,0
D75	3,0
H75	3,6
D80	2,7
H80	3,0
H85	2,7
H90	2,7



Övriga klasser

Inskolning	1,6
U1	1,9
U2	2,4
D12 kort	2,3
H12 kort	2,3
D14 kort	3,2
H14 kort	3,2
D16 kort	3,6
H16 kort	3,6
D17-20 kort	4,5
H17-20 kort	5,3
D21 kort	4,9
H21 kort	7,9
ÖM1 vit	2,2
ÖM3 gul	3,1
ÖM4 gul	4,3
ÖM5 orange	3,4
ÖM6 röd	4,0
ÖM7 blå	3,0
ÖM8 svart	4,5
ÖM9 svart	7,6

Vägövergång

H21 och H20 Stockholm ska passera en väg med mycket trafik. Vägen får bara passeras på markerad plats.

Tiden det tar att passera vägen räknas bort genom att löparen stämplar vid utplacerade SI-enheter, en på vardera sidan av vägen. Följ anvisningarna på skyltar och från funktionärerna på plats.

Stämpla i enheten märkt "Vägövergång 1" när du kommer fram till vägen och spring sedan direkt över till andra sidan och stämpla i enheten märkt "Vägövergång 2". Maxtid att passera vägen är 30 sekunder för att tillåta en kort väntan om det kommer bilar. Men kommer det inga bilar får du INTE stå och vila.

Om det kommer en hel karavan av bilar och det tar mer än 30 sekunder att ta sig över kommer funktionärer notera det och tiden över 30 sekunder kommer också räknas bort.



Detta gäller vid båda tillfällena som vägen ska passeras (samma plats).

Utebliven stämpling på någon sida av vägen vid övergången medför diskvalificering.

Det är förbjudet att beträda vägen på annan plats än vid den markerade övergången.



Snitslade stigar

En stig är tryckt med violett färg på kartan.
I terrängen markerad med rödvit snitsel.

Ett antal otydliga stigar som i första hand berör ungdomsbanorna är förstärkta med vit snitsel.

En ny släpstig har markerats i terrängen. Gäller endast H20 Sthlm och H21



Service

Omklädnad och varmdusch utomhus på arenan
Sportförsäljning via [Letro Sport](#)
Servering och första hjälpen
Barnpassning
Miniknat

WC

Endast på TC



Vätska

I samband med vägpassage för klasserna H18 Stockholm, H20 Uppland, H20 Stockholm, H21, D21, H21 kort, H35, H40 och ÖM 9 samt vid mål

Duschar

Sigtuna kommun har som mål att göra minimal inverkan på naturen. Av den anledningen är **endast biologiskt nedbrytbar tvål tillåten** att använda i duscharna vilket tillhandahålls av arrangörerna

Prisutdelning

Gemensam för båda distrikten, prisutdelning sker löpande i takt med att klasserna blir klara
Mästerskapsmedaljer till respektive distrikt, hederspriser gemensamt.

TC-karta



Tävlingsregler

Svenska Orienteringsförbundets tävlingsregler kompletterad med inbjudan samt detta tävlings-PM gäller

Jury

Monica Roos, Attunda
Sture Larsson, Upplands OF
Lars Forsberg, Stockholms OF

Huvudfunktionärer

Tävlingsledare Roland Bäcklin 070-521 2988
Bitr. tävlingsledare Hans Rosén 070-576 7675
Banläggare Ulf K Rask 070-375 5899
Bankontrollant Tommy Ljusenius 073-372 7654

VÄLKOMNA!