



PM

Arena/ tävlingsexp:

Vid Skidstadion, Öster, Hudiksvall.
Från centrala Hudiksvall, följ väg mot Malnbadet en dryg kilometer.
S skyltning därifrån.

Program:

Lördag 1 februari: SM Sprintdistans individuell start från 14.00.
Öppna motionsklasser har fri starttid och får starta i intervallet
15.15-15.45, anmälan från kl. 13.00
Kamratmåltid med prisutdelning vid Högliden kl. 18.30.

Söndag 2 februari: SM Långdistans individuell start från 10.00.
Öppna motionsklasser har fri starttid och får starta i intervallet
11.45-12.15, anmälan från kl. 09.30.
Prisutdelning så snart tävlingarna är avslutade.

Klasser, banlängder, Specifik JSM/SM info :

Ungdom, USM och Veteran-SM

Klass	Banlängd		Klass	Banlängd	
	Sprint	Lång		Sprint	Lång
D10	2000	2890	D45	2700	7210
H10	2000	2890	H45	3090	10670*
D12	2220	3350	D50	2700	7020
H12	2220	3350	H50	2940	9890*
D14	2300	4730	D55	2510	6200
H14	2300	4730	H55	2940	7570
D15	2700	7020	D60	utgår	utgår
H15	2940	7570	H60	2700	7570
D16	2700	7020	D65	2510	4430
H16	2940	7570	H65	2700	7020
D35	utgår	utgår	D70	utgår	utgår
H35	utgår	10670*	H70	2690	7020
D40	utgår	7210	D75	utgår	utgår
H40	3090	10670*	H75	2690	7020

* en varvning

* en varvning

JSM och SM

Klass	Sprint	Långdistans		
	Banl.	Banl.	Stigning	Varvning
D18	2940	9890	245	1
H18	3380	10670	215	1
D20	2940	9890	245	1
H20	3480	13380	285	1
D21	3090	13380	285	1
H21	4050	18750	416	2

Vissa klasser utgår pga alltför få anmälda (se tabell).

I klasserna HD10 är skugga tillåten. Skuggan erhåller svart/vit karta och **skall endast agera skugga och hjälper alltså till först när barnet på egen hand inte klarar eventuella svårigheter.**

Öppna motionsklasser båda dagarna

ÖM1: 2220 m (sprint), 2890 m (lång)

ÖM5: 2940 m (sprint), 6200 m (lång)

ÖM9: 3480 m (sprint), 8980 m (lång)

Ett begränsat antal kartställ finns att låna.

Terräng

Varierande: delvis flack hed, delvis måttligt kuperad, bitvis stenrik, kustnära terräng med vissa inslag av brantare höjder, måttligt inslag av myrar.

Spår

Det befintliga spårsystemet av breda skidspår har kompletterats inför tävlingen med smalspår. Den internationella spårnormen används. Andel breda spår: 55,9 %, smala spår: 43,6 % och prickade spår: 0,5 %.

Skoterspår vilka inte är med på kartan förekommer, i vissa områden rikligt, då det är populärt att köra skoter i området. Samtliga skid-O spår har körts med sladd.

Andra förhållanden

De senaste tövädren har påverkat spårkvaliteten (t.ex. gjort stavfästet lite sämre och töat fram skräp) och den fortsatta väderutveckling spelar givetvis stor roll för förhållandena vid tävlingarna.

Ett vägarbete har nyligen startats och har tvingat arrangörerna till smärre justeringar med kort varsel.

Stämpling:

SI-pinne. Hyra av bricka 30:-. Ej återlämnad hyrbricka debiteras klubben med 500:-.

Karta:

Hudiksvalls OK:s karta, reviderad 2010, modifierad för skid-O av Jan-Gunnar Swärd.

Kartskala:

Lördag 1:5000, Söndag 1:12 500. Kartstorlek A4.

Start:	Avprickning/check 2 min före start. I sprint ger funktionär den tävlande, 15 sek före start, och den tävlande placerar kartan i kartställ. I långdistans ger funktionär den tävlande kartan 1 min före start. Den tävlande får då placera kartan i kartställ. För tävlande i HD18-21 tillämpas dock samma procedur som i sprinten.
Varvning	Ett antal klasser har varvning, med kartbyte, på långdistansen (se tabell).
Vätska	Vätska serveras i samband med varvning.
Nummerlappar:	SM klasserna har nummerlappar, vilka fästes på höger ben. Medtag gärna egna säkerhetsnålar. Inga nummerlappar för ungdomsklasserna och öppna motionsklasser. För sprinten har nummerlapparna röd bakgrund och för långdistansen svart bakgrund. Veteran-SM klasser har Iggesund båda dagarna, medan övriga har Team Sportia vid sprinten och Elgiganten vid långdistansen. Nummerlapparna finns i klubbkuvert (ett för sprint och ett för långdistans) som hämtas på tävlingsexpeditionen.
Resultat	Resultat redovisas traditionellt, på Eventor samt on-line bevakning av vissa SM-klasser. Speakerljudet "streamas" också.
Priser:	SM-medaljer till de 3 främsta i samtliga JSM och SM-klasser, samt placering 4-6 i USM. Veteran-SM medalj till placering 1. Priser i övrigt enligt SOFT:s regler, samt i ungdomsklasserna HD10- HD14. Lottade priser bland Veteran-SM och öppna banor.
Prisutdelning:	Lördag, sprint: För ungdomarna vid arenan i anslutning till tävling. För SM klasserna i samband med kamratmåltiden på kvällen. Söndag, långdistans: För samtliga vid arenan efter avslutad tävling.
Tävlingsregler:	Svenska Orienteringsförbundets för skidorientering. För att starta i åldersklasser måste man representera klubb ansluten till Orienteringsförbundet. Övriga hänvisas till öppna klasser.
Omklädning med dusch	Vid arenan (se skiss nedan).
Servering	Sedvanlig marka, förstärkt med hälsingespecialiteten kolbullar. Vi ber att ni respekterar skogränsen i serveringen.
VM sändningar	Vid serveringen finns möjlighet att se VM-sändningarna från Falun
Tävlingsjury	Tävlingsjuryn består av Ann Enman, Gammelstads IF, Jens Andersson, OK Roslagen och Per Sandberg, Säterbygdens OK.

Funktionärer

Tävlingsledare: Gunnar Forsgren 070-696 03 44
Bitr. tävlingsledare: Sven Bergström 070-343 94 95
Banläggare: Leif Bylars
Bankontrollant: Håkan Holmberg
Tävlingskontrollant: Elisabeth Rost

Tack

Forsa OK vill tacka Hudiksvalls OK för att kartan får användas och tillskott av funktionärer, samt Hudiksvalls IF för att skidstadion får disponeras.

Även stort tack till vår huvudsponsor Hudiksvalls kommun, samt övriga sponsorer och bidragsgivare.

HUVUDSPONSOR:



Hudiksvalls kommun

STORT TACK till våra sponsorer som gör arrangemanget möjligt på bästa sätt!

GULDSPONSORER:

IGGESUND
HOLMEN GROUP

**TEAM
SPORTIA**



SILVERSPONSORER:



BRONSSPONSORER:



clas ohlson

P.O. RADIO TV

