

IK Gandvik & IF Hagen
hälsar er varmt välkomna



Tävlings
PM

2/4 Häxjakten

Nationell nattorientering
Vandringspriset Häxan i DH 21
Five-O deltävling 1

3/4 Kortfredan

Nationell sprintorientering
Five-O deltävling 2

Ännu mera Five-O



www.five-o.se

IK Gandvik och IF Hagen välkomnar dig till 60:e

Häxjakten



Nationell nattorientering skärtorsdagen 2 april 2015

Vid jubileumshäxan, den 60:e Häxjakten återvänder tävlingen till Billingen där allt en gång startade. Nostalgiska inslag är att vänta både på arenan och i skogen.

Vandringspriset HÄXAN: H21 och D21 tävlar tredje året av tre om det prestigefyllda vandringspriset, Häxan. Sammanlagt bäst poäng efter tre år vinner Häxan. För regler och poängberäkning se IK Gandviks hemsida.

Samling
Blå Hallen invid Billingegehus i Skövde. Följ vägvisning mot Billingegehus från Badhusrondellen i Skövde. Parkera på isbanan omedelbart norr om Blå Hallen. P-TC max 100 m.

Dusch och omklädning
Följ blå snitsel 100 meter till dusch och omklädning vid Billingebadet. Begränsa duschtiden så att vattnet räcker till alla!

OBS! Inga orienteringsskor inomhus före eller efter loppet vare sig i Blå Hallen eller i omklädningsrummen. Plastkassar för smutsiga skor finns vid entrén till Blå Hallen.

Start: Första ordinarie start kl 21.00.
Öppna klasser start mellan 21.00-22.00.
Inga toaletter vid start.

Start 1: för klasser i FIVE-O 200 m.
Orange/vit snitsel.
Start 2: för övriga klasser 1000 m.
Orange/blå snitsel.

Startmetoder: FIVE-O klasser har gemensam start och banor med spridningsmetoder. För övriga klasser vanlig minutstart i tävlingsklasser och fri starttid i ÖM och U.

Karta
Skala 1:10 000 tom HD55,HD60- 1:7500. Ekv. 5 m. Reviderad -14. Godkänd digitalutskrift. Sten under kartnorm förekommer. Nya och gamla vindfällan som inte är angivna på kartan finns i terrängen.

Kartbyte/Kontrollangivelse H21
H21 har kartbyte. Vid kartbyte efter ca 3 km erhålls även vätska i form av sportdryck alt. vatten. Lös kontrollangivelse för hela banan erhålls vid start. Del 1 av banan återfås efter tävlingen vid sekretariatet.

Terrängbeskrivning
Terrängen vid Billingens fritidsområde lämpar sig ytterst väl för nattorientering. Den kuperade och

detaljrika slutningen kompletteras med ett gediget stignät som sammanflätats med andra ledstänger uppe på den flacka bergsplatån. Mossarna är våta efter snösmältningen. Snö och is finns bitvis kvar på konstsnöspåret

Ett lokalt karttecken för koja - en liten ofylld triangel - anges både på karta och kontrollangivelse.

Ändring klasser
Strukna klasser se startlistan

Kontroller
SOFT-godkända reflexer på kontrollställning. Kodsiffran på SI-enheten gäller.

Avläsning
Sker vid målgång, även för de som brutit. Missa inte detta.

Överdrag
Kan lämnas vid start och återfås inne i Blå Hallen.

Sportident
Hyrbrickor hämtas ut i Blå Hallen och lämnas vid avläsningen efter målgång.

Toaletter
I Blå Hallen och i omklädningsrummen.

Direktanmälan
Direktanmälan fram till 21.30 i klasserna U1, U2 och ÖM 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9.
Avgift: HD -16: 75 kr, övriga 130 kr.

Maxtid
2,5 tim i samtliga klasser. SOFT:s tävlingsregler tillämpas

Sjukvård
Röda Korset vid målet inne i Blå Hallen.

Prisutdelning
Särskild prisceremoni för FIVE-O klasserna och för andringspriset, "Häxan", i H21 och D21, tid meddelas av speakern. För övriga klasser allt eftersom klasserna är klara, se resultatavlan. Priserna kan då hämtas vid prisutdelningen.

Service
Inomhus arena med välförsedd servering och sportförsäljning samt dusch och omklädning inomhus i intilliggande byggnad.

Tävlingsledning
Hans Andersson och Styrbjörn Jansson

Tävlingsjury
Anslås på arenan

2 - 6 april 2015
FIVE-O
natt - sprint - lång - medel - jaktstart

5 tävlingar på 5 dagar
DH14 & DH16 är huvudklasser
Härlig västsvensk terräng
Högkvalitativa arrangemang
Orientering i väst, när det är som bäst

Komplett klassutbud för övriga åldrar
FIVE-O erbjuder naturtunga
högkvalitativa tävlingar för alla!



HD14 & HD16 är huvudklasser på FIVE-O

Med ett unikt tävlingsupplägg för HD14 & HD16, där Swedish League gett inspiration och där poängen från de inledande deltävlingarna räknas om till tid och utgör startordning i den avslutande jaktstarten, erbjuds alla ungdomar ett riktigt häftigt orienteringsevent under påskhelgen 2015.

Poängberäkning

- Alla de fyra första tävlingarna räknas med inför jaktstarten.
- Varje poäng ger två sekunder vid jaktstarten.
Detta innebär att ledaren kan max ha 200 poäng efter fyra dagar och tidsdifferensen till siste man kan max vara 400 sek (0 poäng). 400 sek = 6 min 40 sek.
Startdjupet / klass blir max 6 min 40 sek vid den avslutande jaktstarten.

Poängberäkning sker enligt följande:
plac 1 = 50 poäng
plac 2 = 44 poäng
plac 3 = 40 poäng
plac 4 = 36 poäng
plac 5 = 33 poäng
plac 6 = 30 poäng
plac 7 = 27 poäng
plac 8 = 25 poäng
plac 9 = 23 poäng
plac 10 = 21 poäng
plac 11 = 20 poäng
Därefter 19, 18, 17 och så vidare ner till 1 poäng för 30:e plats.

Etapperna 2015



2/4 Häxjakten - Nationell Natt Långdistans Masstart för FIVE-O

Gedigen nattorientering i klassiska orienteringsmarker på Billingen
Tävlingen 60-årsjubilerar och utlovar lite nostalgislag
Inomhusarena med nära till allt!

Boka logi med GULDKANT!
Boendeerbjudande på
Hotell Billingegehus! -30%



Hemsida
www.ikgandvik.se



3/4 Kortfredan - Nationell Sprintdistans Individuell start för FIVE-O

Spännande och omväxlande sprintorientering i ett intensivt område
Härlig arena med varvning för FIVE-O klasserna
Fri entré till Skara badhus ingår i startavgiften

Skaras badhus
Badet är öppet under fredagen
Fri entré för alla deltagare!



Hemsida
www.ikgandvik.se



4/4 Öjetrampen - Nationell Lång med elitklasser Individuell start för FIVE-O

Dags igen för en av årets höjdpunkter - Öjetrampen!
Fin orienteringsterräng i klassiskt område vid Kabelvägen i Tengene
Läs mer på hemsidan samt Eventor



Hemsida
www.7idrottonline.se/OKKullingshof/
Foreningen/Arbetsrum/Ojetrampen/

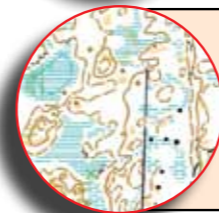


5/4 Bohuslunken - Nationell Medeldistans Individuell start för FIVE-O

Bohuslänsk skogsterräng med vildmarkskarakter.
Nyritad karta i jungfrulig terräng.
Läs mer på www.uok.se samt Eventor



Hemsida
www.uok.se



6/4 Vikingaträffen - Nationell Medeldistans Jaktstart för FIVE-O

Utslagsgivande banor i detaljrik skogsmark
Uppliv den fantastiska naturen på Hunneberg
Läs mer på hemsidan och anmäl dig nu!



Hemsida
okskogsvargarna.se/vikingaträffen

www.five-o.se

IK Gandvik välkomnar dig till 5:e

Kortfredan



Nationell sprintorientering långfredagen 3 april 2015

Samling

Sommargården, Planteringen, Skara.
Vägvisning från Brogårdsleden som förbinder avfart Skara N på E20 med väg 184 nordväst om Skara, därifrån ca 500 m. P-arena max 200 m.

Samåkning

Parkeringsytan vid arenan är begränsad. Deltagare och föreningar uppmanas till att planera för samåkning.

Husvagnar/husbilar/bussar

Parkeringsytan vid arenan är begränsad. Husvagnar, husbilar och bussar hänvisas till parkering vid dusch och omklädnig på Vilanområdet, 1600 m från arenan. Se kartbild på nästa sida.

Minigolfbanor

På arenan finns 18 minigolfbanor. Dessa får EJ beträddas!

Karta

Skala 1:5 000 för alla. Sprintnorm. Nyritat område 2013/2014. Reviderat 2015. Godkänd digitalutskrift. Sten under kartnorm förekommer.

Terräng

Spännande och variationsrikt sprintområde. Mestadels snabblopt med växelvis parkmiljö och bebyggelse som är oregelbunden och "tät".

Direktanmälan

Lätta: Inskolning 1,4 km, U1 1,4 km, U2 1,7 km, ÖM1: 1,7 km
Medel: ÖM3: 2,0 km, ÖM5: 2,4 km,
Svår: ÖM8: 2,8 km.
Direktanmälan från 11:00-13.00.
HD -16: 75 kr, övriga 130 kr. Start mellan 11.30 - 13.30.

Sprint-knat

Vid arenan med start 11:30-13:30. Spring gärna flera varv. 20 kr.

Sportident

Hyrbrickor hämtas ut i sekretariatet och lämnas vid avläsning efter målgång.

Start

Orange-vit snitsel 100 meter för alla klasser, sydväst från arenan. Första ordinarie start 12.00.
Öppna klasser start mellan 11.30- 13.30.
Respektera avspärningar. Uppvärmning vid start sker inom anvisat område.

Överdrag: Hanteras ej av arrangören.

Klädsel - Heltäckande.

Nummerlapp

Five-O-klasserna bär nummerlappar, dvs D14, H14, D16 och H16. Självservering vid starten.

Varvning

Five-O-klasserna varvar på arenan. Efter varvningskontollen ska löparna följa fälla/snitsling till nästa

kontroll. Se arenaskiss på nästa sida och se gärna över hur det ser ut innan start.

Ändring klasser

Strukna klasser se startlistan

Kontroller

SOFT-godkända. Kodsiffran på SI-enheten gäller.

Avläsning

Sker vid målgång, även för de som brutit.

Maxtid

45 min i samtliga klasser.
SOFT:s tävlingsregler tillämpas.

Sjukvård

Röda Korset vid målet.

Toaletter

Finns i anslutning till arenan och vid omklädningsrummen i idrottshallen. OBS! Inga toaletter vid start!

Service

Servering, sjukvård, samt sportförsäljning, allt vid arenan.

Omklädnig

Ingen dusch/omklädnig vid arenan. Dusch och omklädnig samt **gratis bad** erbjuds vid Skara Idrottshall och Skara badhus Se information på nästkomande sida.

OBS! på arenan finns visst utrymme inomhus. Här är det **ej tillåtet att medhava sin ryggsäck/väska, än mindre byta om. Det får ske ute och/eller i klubbält, alternativt i erbjudna omklädningsrum vid Idrottshallen.**

Prisutdelning

Särskild prisceremoni för FIVE-O klasserna och HD21, tid meddelas av speakern (prel. 14.00). Övriga pristagare hämtar pris vid prisutdelningen allt eftersom klasserna är klara, se resultattavlan.

Tävlingsledning

Hans Andersson och Magnus Södervall

Tävlingsjury

Anslås på arenan

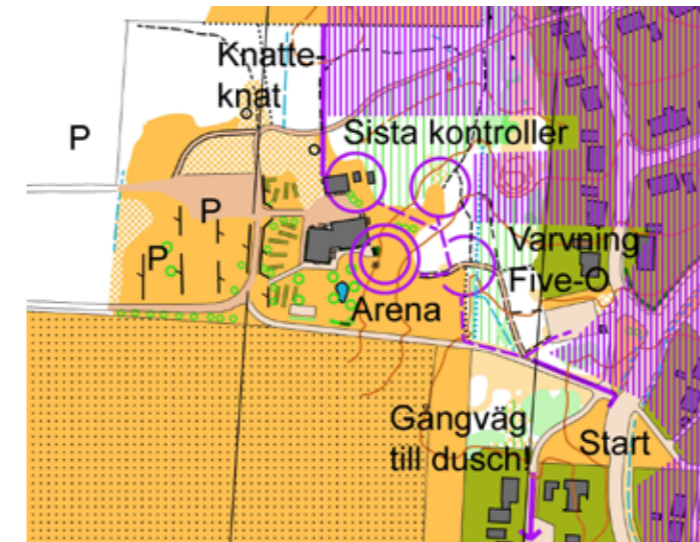
OBS: LÄS PÅ SPRINTREGLERNA!

Se kommande sidor och beakta följande extra mycket!
- Nästan samtliga banor berörs av **mörkgrönt "opasserbär vegetation"**= häckar och buskage som är förbjudet att passera (även om det skulle vara möjligt att ta sig igenom).
- **Staket med två "taggar"** på får ej passeras.
- Respektera **planteringar och tomtmark!**
- Biltrafik kan förekomma på några ställen i området. Iakttag försiktighet vid passager.
- **Vissa förbjudna passager** är i terrängen förstärkta med blågul snitsel.
- Kontrollanter kommer finnas på strategiska platser. Ev. tillrättavisningar skall åtgärdas.

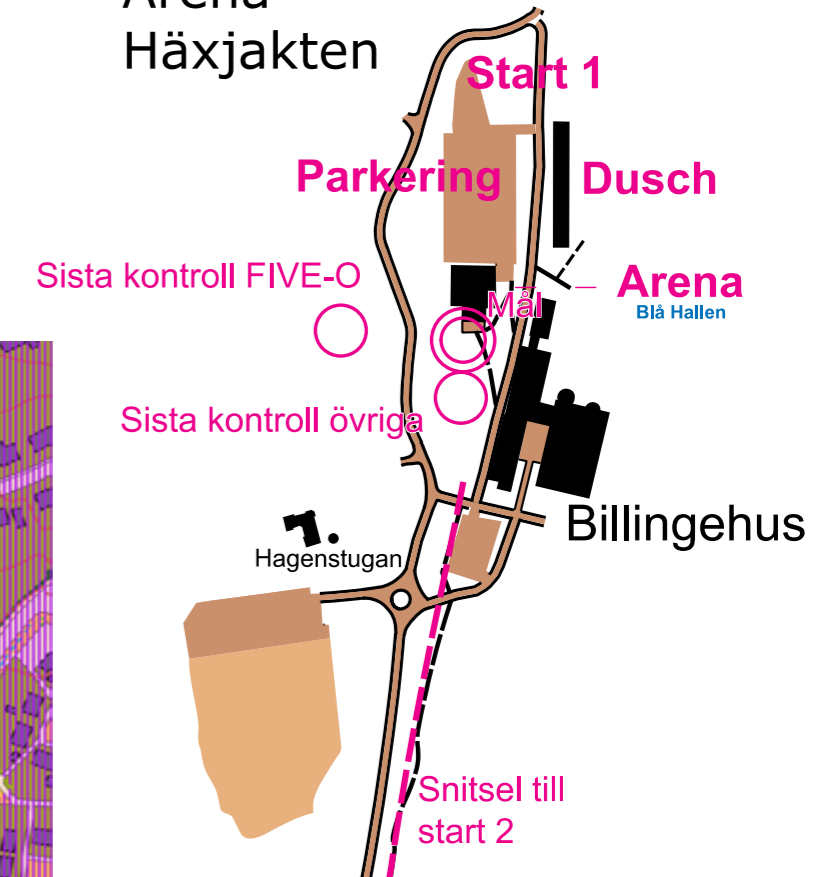
Översiktsbild Arena/parkering/dusch

Nedan åskådliggörs hur arenorna för Häxjakten (till höger) och Kortfredagen (nedan) ser ut.

Arena Kortfredan



Arena Häxjakten



Passa på att påskbada!

Gäller Kortfredan!

Omklädnig/dusch

Dusch och omklädnig erbjuds i Skara Idrottshall, samma entré som till Vilanbadet, se karta. Gångväg från arenan ca1600 m.

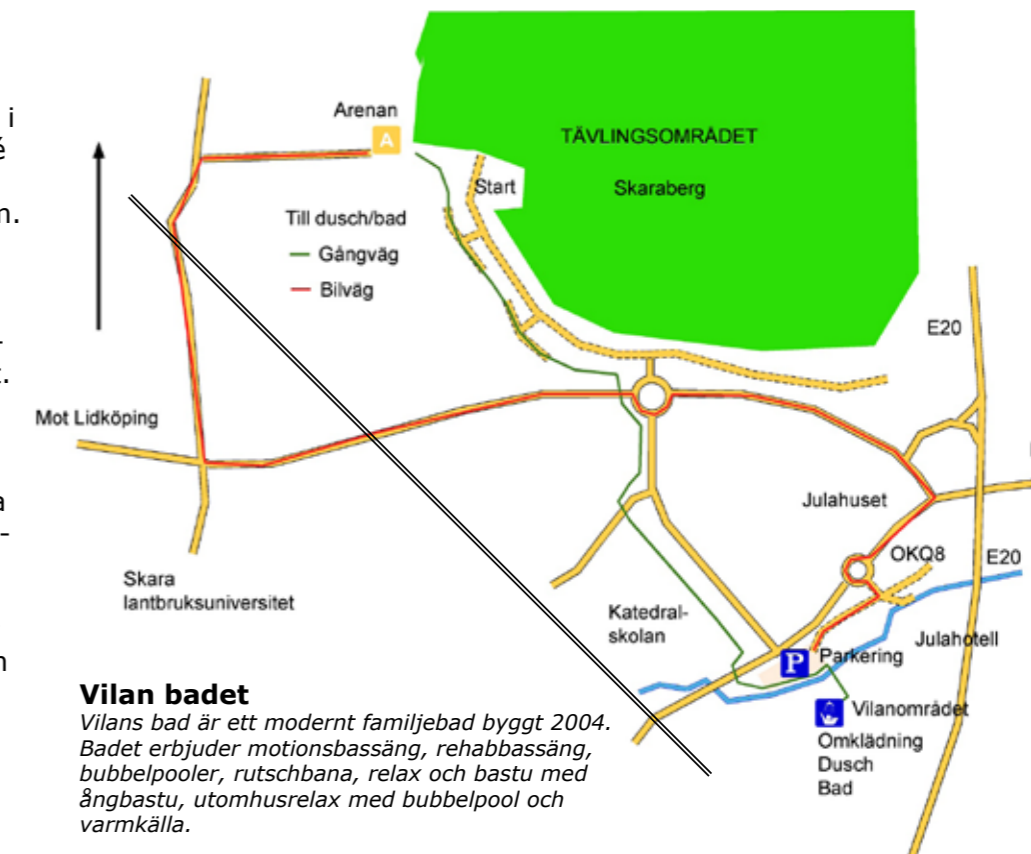
Gratis bad

I mån av plats i badhuset välkomnas samtliga tävlingsdeltagare till ett dopp på Vilanbadet.

Duscha och byt om efter tävlingen först, lämna sedan dina orienteringsprylar i bilen och ta med en "badpåse" in till badhuset.

Lämna inga orienteringsväskor på arenan och ta inte med dem in i badhuset.

En speciell badpåse är tipset! Välkomna!



Vilan badet

Vilans bad är ett modernt familjebad byggt 2004. Badet erbjuder motionsbassäng, rehabbassäng, bubbelpooler, rutschbana, relax och bastu med ångbastu, utomhusrelax med bubbelpool och varmkälla.

Kan du sprintreglerna?

För denna sprintorientering gäller Svenska Orienteringsförbundets tävlingsregler och de speciella bestämmelser som råder när en karta ritad enligt sprintorienteringsnormen används. Det betyder att...

1) Klädseln ska vara heltäckande, men...

Kolla PM!

Det är ej tillåtet att tävla i kortbyxor eller andra plagg som inte skyddar hela benet. Men vid sprinttävlingar som genomförs i park- och stadsmiljö kan undantag från denna regel medges. Läs i PM vad som gäller!

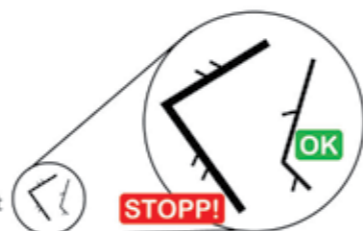
2) Branter får inte passeras

Det är förbjudet att passera branter som på kartan redovisas med det fetare branttecknet, det som i dagligt tal kallas "opasserbar brant".



3) Staket får inte passeras

Det är förbjudet att passera staket som på kartan markeras med det stakettecknet som har dubbla taggar. (Staket som ritats med en tagg är det okej att kliva eller hoppa över, men man får aldrig klättra).



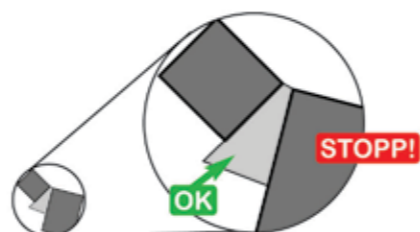
4) Murar får inte passeras

Murar kan vara ritade med grå eller svart färg. Är de redovisade med svart färg får de inte passeras.



5) Byggnader får inte passeras

Det är inte tillåtet att passera genom eller över hus som är ritade med mörk grå färg och svart kontur. Tillåtna genomgångar i byggnader redovisas med en ljusare grå färg.



6) Tomtmark och planteringar får inte beträdas

På sprintkartan markeras tomtmark, planteringar, koloniträdgårdar och andra förbjudna områden med samma tomtmarkstecken som på en vanlig orienteringskarta.



7) "Opasserbar" vegetation får inte passeras

Den vegetation (t ex häckar) som på sprintkartan markeras med den allra mörkaste gröna färgen får ej passeras.



8) Vatten får inte passeras

Sjöar, dammar och kanaler som är redovisade med mörk blå färg och svart kontur får inte passeras. Däremot är det okej att springa genom vatten som redovisas med en ljusare blå färg.



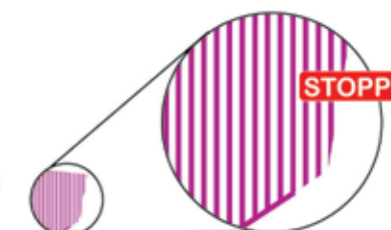
9) Sankmarker får inte passeras

Sanmarker som ritast med grova blå streck och svart kontur är förbjudet område.



10) Andra förbjudna områden

Precis som på vanliga orienteringskartor kan förbjudna områden också vara markerade med samma färg som banpåtrycket.



11) Blågul snitsel får inte passeras

Blågul snitsel i tävlingsområdet markerar att passage är förbjuden. Vissa staket, murar, branter och planteringar kan av arrangören ha märkts med blågul eller blåsvart snitsel för att tydliggöra att dessa inte får passeras.

Respektera dessa enkla regler så blir det en rättvis och trevlig tävling!

Ställning 3-åriga vandringspriset Häxan 2012-2015 (Inställt 2013)

D21 Namn	Klubb	2012	2014	Totalt
1 Kristin Skaar	Ryda Sk	16	20	36
2 Malin Sörstrand	OK Klyftamo	15	18	33
3 Elsa Jansson	Järla Orientering	20	0	20
4 Ida-Maria Svensson	Sävedalens AIK	0	19	19
Stina Jansson	Järla Orientering	19	0	19
6 Erika Lindqvist	Sävedalens AIK	18	0	18
7 Kristine Svensson	Falköpings AIK OK	0	17	17
Amilia Björklund	Sävedalens AIK	17	0	17
9 Emelie Svalin	Vänersborgs SK	0	16	16

H21 Namn	Klubb	2012	2014	Totalt
1 Simon G Markendahl	OK Klyftamo	20	10	30
2 Simon Andersson	OK Kullingshof	0	20	20
Gustaf Wennerberg	OK Klyftamo	20	0	20
4 Tommy Andersson	Vänersborg SK	0	19	19
5 Erik Classon	OK Orinto	0	18	18
Gustav Eklöf	Ulricehamns OK	18	0	18
7 Rickard Börjesson	Vänersborgs SK	0	17	17
Tony Larsson	Istrums SK	17	0	17
9 Sjur Hovi	Kristiansand OK	0	16	16
Martin Ivarsson	OK Skogshjortarna	16	0	16



BO PÅ **FIRST HOTEL BILLINGEHUS**
UNDER HÄXJAKTEN 2/4 2015

30% RABATT PÅ LOGI OCH FRITT
INTRÄDE TILL WELLNESS
BILLINGEHUS GYM & SPA

LÄS MER OM HOTELET OCH BOKA PÅ
www.firsthotels.se/billingehus
UPPGE KODEN: **FHSPORT**

GÄLLER ENDAST VID BOKNING PÅ FIRSTHOTELS.SE

FIRST HOTEL BILLINGEHUS, ALPHYDDEVÄGEN, 542 21 SKÖVDE, TEL. 0500-44 57 00
WWW.FIRSTHOTELS.SE/BILLINGEHUS

Välkomna åter
på våra kommande
tävlingar och boka
gärna in påsken
2016 redan nu!



OK P4 och IF Hagen
inbjuder till:
Skaraborgsmästerskap
Långdistans
Söndag 19 april

Tävlingsklasser och motionsklasser

ANMÄLAN: senast söndag 13 april kl 23.59 via Eventor.

Anm avg: Ungdom 70 kr, Vuxna 120 kr.

Efteranm: Senast lördag 18 april kl 15.00 via Eventor

DIREKTANMÄLAN: På TC till ÖM, U-klasser och Inskolning på tävlingsdagen kl 9.30-11.00.

SAMLING: Lövsjötorp skyttecentrum 4 km söder Skövde. Följ vägvisning från väg 26 vid avfart Skultorp-Klagstorp. P i anslutning till TC

START: Första ordinarie start kl. 10.00. Avstånd till start max. 1000 meter.
Öppna klasser, U-klasser och insk. kl. 9.30-12.00. Knatteknat kl 9.30-11.00.

KARTA: Lövsjötorp rev.2014 av Kay Svensson och K-G Larsson. Skala: 1:7.500 för HD60 och äldre. 1:10.000 i övriga klasser.

TERRÄNG: Stor variation, från flackt militärt övningsområde med stor mängd bandfordonspår och fritidsområde till skogsmark med måttlig till stark kupering. Framkomlighet mestadels god.

UPPLYSNINGAR: Hans Larsson, 070-2873060

HEMSIDA: www4.idrottonline.se/OKP4-Orientering/



IK Gandvik inbjuder till den 18:e upplagan av
Sommarlandssprinten
Söndagen den 7 juni 2015

Välkomna till en heldag på Skara Sommarland!
Först deltar du och dina klubbkompisar i en av Sveriges
största och mest spektakulära orienteringstävling,
sedan får ni resten av dagen på er att upptäcka och
prova allt som parken har att erbjuda.

Läs mer på:

www.ikgandvik.se

Bra boendalternativ erbjuds på Sommarlands egna
camping och stugby, läs mer på www.sommarland.se

Kombinera gärna med deltagande på Kinnekulle-
dubbeln i Göteborg på nationaldagen, 6 juni.

