



OK Älvsjö Örby & Stigfinnarna



PM 37:e Tiomilarepet onsdagen 22 april 2015

- Samling Hanvedens IP, Västerhaning, skärm efter Nynäsvägen mellan Jordbro och Västerhaninge.
- Parkering I anslutning till Arenan, avgift 30 kr
- Efteranmälan Senast 19/4 kl 23.59, mot 50% förhöjd avgift
- Allm kommunikationer Pendeltåg till Västerhaninge, därifrån c:a 500 m promenad. För tidtabeller o.d. se www.sl.se
- Damklasser Nytt för i år är att damklasserna växlar som vanligt, observera att sträcka 2 kan behöva kartlyse.
- Start Gemensam start klassvis med tider enligt nedan.
- | | |
|---------------------------|-------|
| D 21L, D 21 K, D 16, D 90 | 19.00 |
| D/H -14 | 19.15 |
| H 16, H 90, H 110, H 125 | 19.30 |
| H 21 L, H 21 K | 19.45 |
- Glöm ej nolla bricka före ingång till start
- Öppna banor ÖM 3, ÖM 6, ÖM 7, ÖM 9
Anmälan mellan 18.30 – 20.00
Start mellan 18.30 – 20.30, OBS startstämpling vid plats för anmälan
Observera att Öppna banor har eget utbrutet mål och utstämpling sker vid plats för anmälan
- Nummerlappar Utdelas klubbvis på TC, medtag egna säkerhetsnålar.
Sträcka 1 svarta nummer, sträcka 2 röda.
- Lagändring Lagändring görs i första hand i Eventor fram till 18.00 tisdag 21 april samt i sekreteriatet senast 30 min före start.
Anmälda SI-brickor måste användas på rätt sträcka.
- Växling Växling sker genom överlämnande av ny karta.
Löpare som ej växlar ut till ny löpare får ej ta karta för sträcka 2.

Mål	Målstämpling för båda sträckor efter mållinje Öppna motionsbanor har utbrutet mål, utstämpling sker vid plats för anmälan.
Kontroller	Kontroller är utmärkta med reflex, skärm samt stämplingsenhet. Om SI-enhet ej fungerar, stämpla i kartan.
Spridning	Samtliga banor utom HD – 14 har gafflade banor
Brutet lopp	Även löpare som utgår måste stämpla vid mål.
Karta/terräng	1:10 000 ekv 4 m, måttligt kuperad, delvis stigrik terrängen. Några hyggen har tillkommit, detta berör i huvudsak de längre banorna. Kartkomplettering finns på arenan. På väg mot första kontrollen skall samtliga löpare passera en djup bäck. Det görs lämpligast på markerat ställe på kartan.
Omstart/maxtid	Omstart kommer att ske c:a 20 min efter ledande lag vid växling Exakt tid meddelas av speaker. Målet stänger 23.00
Omklädnad/dusch	Omklädnad inomhus i anslutning till arenan.
Tolatter	På arenan.
Priser	Priser till lag 1 – 3 i H / D 21 L, segrare i H / D 21 K samt i ungdomsklasser.
Servering	Sedvanligt Repetmarka.
Huvudfunktionärer	Tävlingsledare Christer Nordström 010-480 55 70 Banläggare Lars G Berggren Bankontroll Mats Zackrisson 070-654 00 70

Välkomna