



Individuell sprint lördag 6 juni

Den individuella tävlingen genomförs med två separata etapper samma dag. Den första etappen har lottad start och resultaten från etapp 1 ligger till grund för startlistan på den andra etappen. Den som ligger sist startar först och ledaren går ut sist. Tiderna för de båda etapperna läggs sedan samman.

Det sammanlagda resultatet för båda etapperna ingår i Blekingecupen för klasserna HD12-16. Tävlignarna går i centrala Karlskrona.

Klasser

D10	H10	U1*
D12	H12	U2*
D14	H14	Öppen motion 1*
D16	H16	Öppen motion 7*
D20	H20	
D21	H21	* = Fri starttid,
D45	H45	resultaten läggs inte
D60	H60	samman
D75	H75	



Banlängder enligt SOFT:s rekommendationer.

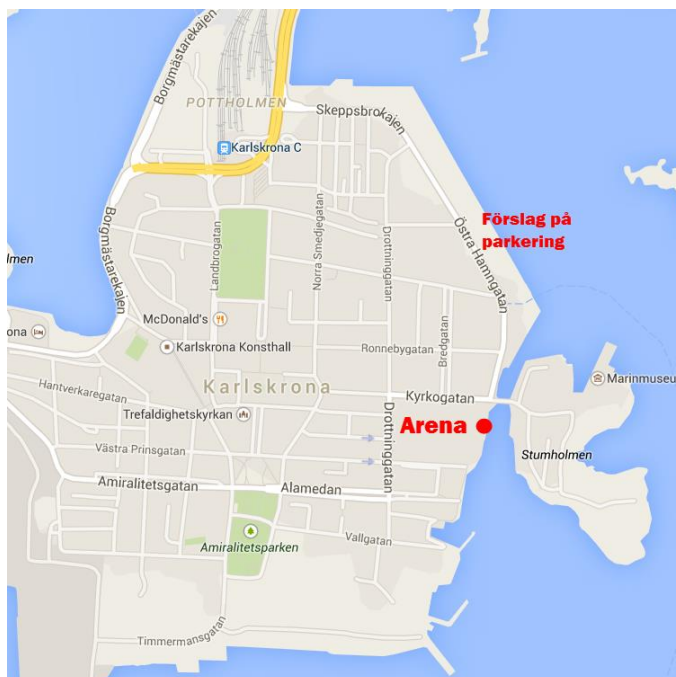
Anmälan

Både svenska och utländska löpare anmäler sig via eventor.orientering.se. Du blir automatiskt anmäld till båda etapperna. Om du bara vill springa en etapp hänvisar vi dig till öppna banor.

Anmäl dig senast söndagen den 31 maj. Avgiften per etapp är 110 kr för vuxna och 60 kr för ungdom upp till 16 år. Efteranmälan senast torsdag den 4 juni kl. 20.00 mot 50% högre avgift. Efteranmälda löpare lottas in i startlistorna som presenteras fredag 5 juni.

Start

Första start för etapp 1 är klockan 11.00. Första start för etapp 2 är klockan 14.30. Till start max 800 meter.



Samling

Tävlingsarenan är intill Östersjöskolan och Boverket i centrala Karlskrona. Strax söder om bron till Stumholmen. Vi hänvisar till ordinarie parkeringar i Karlskrona. Exempelvis i Handelshamnen.

Karta

Ritad 2015, skala 1:4 000 och ekvidistans 2,5 meter. Sprintnormen används.

Terräng

Det blir en sprint helt i stadsmiljö. På gator och i parker.

Trafik

Banorna går på gator med biltrafik. Vanliga trafikregler gäller. Var alltså mycket försiktig när du korsar gator. Vi kommer dock att anpassa banorna så att det ska bli så bra som möjligt. De yngre klasserna går i områden med lite eller ingen biltrafik. Vi har även vakter vid vissa passager.

Klädsel

Eftersom det är stadssprint tillåter vi även linne och kortbyxor.

Priser

Priser delas ut till de bästa löparna i varje klass. Prisceremonin äger rum vid målområdet efter tävlingens slut.

Vid den individuella tävling och i parstafetten samlar alla upp till 16 år poäng i en klubb tävling. Bästa klubb vinner ett träningsläger med tre träningar och en övernattnings för lika många deltagare som fullföljde Sprintheugen. Poängberäkningssystem finns på www.sprintheugen.se. Prisutdelning blir efter söndagens stafett.

Servering

I pausen mellan etapperna (12.00-13.15) serverar vi lunch för 60 kronor. Detta beställer du i Eventor. Vi har även ett begränsat antal lunchbiljetter att sälja på tävlingen.

I övrigt så säljer vi fika och godis.

Dusch

I Sparre gymnastiksal, i anslutning till arenan.

Boende

Vi har en o-camp i Jändelskolan i Jämjö hela helgen med mat och aktiviteter. Läs mer på www.sprintheugen.se.

Huvudfunktionärer

Tävlingsledare: Peter Andersson, peterand@telia.com, 0455-480 14

Sekretariat: Johan Jacobsson, anmalan@okorion.se

Banläggare: Pontus Petersson och Olof Sandgren

