



## OK Älvsjö Örby

### PM för kretstävling 2 i Ungdomsserien torsdagen 28 maj 2015

|                     |                                                                                                                                               |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Samling             | Älvsjö Gamla IP<br>För kommunalt färdmedel, pendeltåg till Älvsjö, se <a href="http://www.sl.se">www.sl.se</a>                                |
| Parkering           | Parkering på allmänna vägar i anslutning till idrottsplatsen<br>Hitta lätt med hjälp av <a href="http://www.hitta.se">www.hitta.se</a>        |
| Start               | Första start 18.30<br>Fri start för klasserna Inskolning U1, U2, U3 och Inskolning mellan 18.30 och 19.20<br>Övriga klasser har lottad start. |
| Skuggning           | Skuggning är tillåten i Inskolning och U – klasser. Svart/vita kartor finns vid start                                                         |
| Kontroller          | Kontroller är utmärkta med skärm samt SI - enhet.                                                                                             |
| Brutet lopp         | Även löpare som utgår måste stämpla vid mål.                                                                                                  |
| Karta/terräng       | 1:10 000 ekv 4 m, för klasserna H/D -16 och 1:7 500 för övriga.<br>Måttligt kuperad, delvis stigrik terrängen.                                |
| Kontrollbeskrivning | Kontrollbeskrivningar finns tryckta på kartan. Dessutom lösa kontrollbeskrivningar vid start.                                                 |
| Omklädnad/dusch     | Varmdusch inomhus. OBS inga OL – skor inomhus                                                                                                 |
| Tolatter            | Finns i begränsad omfattning vid omklädnaden. OBS inga OL – skor inomhus                                                                      |
| Huvudfunktionärer   | Tävlingsledare      Christer Nordström      010-480 55 70<br>Banläggare          Anders Mattsson                                              |

*Välkomna*