



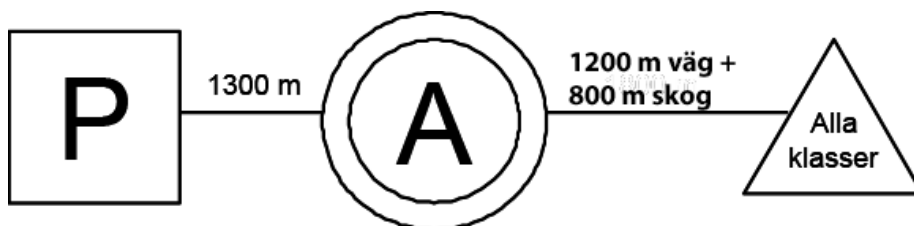
PM Södertälje-Nykvarn orientering 2015-08-16

Vägvisning

Vägvisning från länsväg 509 som går mellan trafikplats Nykvarn (avfart 140 från E20) och Järna (avfart 141 från E4). Från vägvisningen ca 8 km kurvig väg, WGS84 decimal (lat, lon) 59.11, 17.36.

Parkering

På gräsytor. Promenad till arenan ca 1300 m, barnvagnsvänlig. P-avgift 20 kr för personbil. Kommer ni med stor buss, avgift 100 kr, så vill vi att ni föranmäler det till Per-Göran Månsson, per-goran.mansson@astrazeneca.com



Startlista

Publiceras i Eventor torsdag kväll **13 augusti** och anslås på arenan. Löpare som har fri minutstart återfinns inte i startlistan.

Fri minutstart DH35-DH90

Fri minutstart kl. 10:00–12:00 i DH35–DH90. Du går alltså till start när du vill och varje hel minut får högst en löpare per bana starta.

Vakansplatser

I var och en av klasserna HD10-HD16 finns tre vakansplatser. Anmälan till dessa tas emot på tävlingsdagens morgon i sekretariatet. Efteranmälningsavgift gäller.

Öppna banor

På tävlingsdagen kl 9:00–11:30 kan du på arenan anmäla dig till öppna motionsklasser ÖM1, ÖM2, ÖM3, ÖM5, ÖM7, ÖM8 och ÖM9 samt U1, U2 och Inskolning. Fri starttid i intervallet 10:00–12:00; U1, U2 och Inskolning får starta från 9:30. Ungdom tom. 16 år 70 kr, vuxna 130 kr. Hyra av Sportident-bricka 30 kr.

Inskolning 2,6 km (vit)	ÖM3 3,0 km (gul)
U1 2,6 km (vit)	ÖM5 3,8 km (orange)
U2 3,3 km (vit)	ÖM7 2,7 km (blå)
ÖM1 2,6 km (vit)	ÖM8 5,2 km (svart)
ÖM2 3,3 km (vit)	ÖM9 7,7 km (svart)

Start

Orange/vit snitsel 2000 m, varav 1200 m väg och 800 m skog. Alla klasser. Första start kl 10:00 utom Inskolning, U1 och U2 som får starta från kl 9:30.

Skuggning

Tillåtet i Inskolning, U-klasser samt öppna motionsklasser. I inskolning och U-klasser får även löpare som skall delta i tävlingen skugga. Skuggkartor för Inskolning samt U-klasser finns vid starten.

Snitsling/Glada gubbar

Några otydliga stigar och släpstigar är markerade med vit snitsel. För klasserna Inskolning och U1 förekommer skyltar med glada och ledsna gubbar.

Kontrollbeskrivningar

Kontrollbeskrivningar finns såväl lösa vid start som tryckta på kartan.

Strukna klasser

De klasser där ingen anmält sig när tiden för efteranmälan gått ut stryks.

Stämpling	Sportident. SI-enheter för töm och check finns intill starten. Du ansvarar själv för att enheten indikerar pip och/eller ljudsignal vid stämpling. Om inte detta fungerar: stämpla med stiftklämman i kartan. Alla ska stämpla vid målet, även de som bryter tävlingen. Löparbricka får endast användas av en löpare under tävlingen. Hyrbricka debiteras med 30 kr, hämtas i sekretariatet och återlämnas vid avläsningen. Ej återlämnad hyrbricka debiteras med 400 kr.
Karta:	Skala 1:15 000 för DH18–35, 1:10 000 för övriga klasser utom D60- och H65-som har 1:7 500 (H60 har alltså 1:10 000, format A3 eftersom vi då kan erbjuda en trevligare bana som når finare skog). ÖM7 erbjuds i såväl 1:10000 som 1:7500. Ekvidistans 5 meter. Reviderad 2015. Färgutskriften av BL-Idrottsservice. Alla kartor i skala 1:15 000 och 1:10 000 har tryckt definition på kartan. Lösa definitioner finns till alla.
Terrängbeskrivning:	Uppväxt barrskog med mycket god framkomlighet, några inslag av hyggen och grönområden i varierande ålder finns. Svag till måttlig kupering; de kortare banorna har mindre kupering. Området genomkorsas av Sörmlandsleden samt ett antal skogsbilvägar.
Vätska	Vätska finns på banor över 6 km.
Maxtid	Maxtid 2,5 timmar. Målet stänger kl 14:30.
Resultat	Anslås vartefter på arenan och publiceras sedan via Eventor.
Viltrapport	Vilt rapporteras vid Första hjälpen.
Första hjälpen	Utrustning till självhjälp för omplåstring och sjukvårdsutbildad personal finns.
Toa och dusch	Toa finns vid arenan och på väg till start. Dusch med varmvatten finns utomhus 150 m från arenan.
Miniknat	Miniknat mellan kl 9:30 och 12:00. Avgift 20 kr. Det är OK att använda samma SI-bricka både på miniknatet och på vanliga tävlingen. Ingen barnpassning eftersom vi har fri minutstarttid för DH35 och äldre.
Servering	Välsorterad servering med hamburgare.
Sportförsäljning:	Letro Sport har tyvärr lämnat återbud.
Prisutdelning	Efterhand som klasserna blir klara. Antal priser anslås på resultattavlan.
Tävlingsledning	Lars Bygdén & Kerstin Frenckner
Banläggare	Mats Liwell och Bengt Mattiasson
Ban-/tävlingskontrollant	Michael Wehlin, Skogspojkarna/Sven-Arne Nilsson, OK Klemmingen
Upplysningar	Lars Bygdén tel 08-712 98 08 alt. lars@bygden.nu Kerstin Frenckner tel 08-55088820 alt. kfrenck@kth.se
Tävlingsregler	Soft:s tävlingsregler gäller. Heltäckande klädsel. Anmälan till denna tävling medför publicering i start- och resultatlista på internet.

Välkomna och lycka till önskar

Södertälje-Nykvarn orientering