

PM Stöcksjö IS, DM långdistans, 22 augusti 2015

Observera att PM kan komma att uppdateras. Tävlände ska ta del av PM uppsatt på arenan innan start.

Före tävlingen

Tävlingscentrum (TC)

N. Åsarvägen, V. Stöcksjö ca. 10 km syd Umeå. Vägvisning från E 4, ca 2,5 km till tävlingscentrum (TC).

Parkering

Parkering längs vägen (pga. den regniga sommaren). Samåk gärna för att minska avståndet till TC.
150 m - 600 m till tävlingscentrum. P-avgift: 20 kr.

Stämplingssystem

Tävlingarna kommer att genomföras med SportIdents elektroniska stämplingssystem för samtliga deltagare. Anmälda utan bricknummer har automatiskt tilldelats en hyrbricka till en kostnad av 30 kronor. Ej återlämnad hyrbricka debiteras med 400 kr. SI-Card 9- kan användas. Nollning av bricka sker på väg till start.

Uppvärmning/förbjudet område

Uppvärmning kan du göra längs vägen till Åsen. All terräng väster om tävlingscentrum är förbjudet område före start.

Nummerlappar

Nummerlappar för klasserna DH21, DH 16, DH14, DH 12 och DH 10. Självservering vid startplatsen.

Öppna motionsbanor, Inskolning och U-klasser

Direktanmälan på TC till Öppna Motionsklasser, inskolningsklass samt utvecklingsklasser U1, U2.

Öppna banor finns till försäljning på arenan från kl. 10.00. Fri starttid mellan 10.30 – 12.30.

Avgifter: 60:- t.o.m. 16 år, övriga 100:-. Avgifterna faktureras klubbvis i efterhand för klubbanslutna.

Du bestämmer själv din starttid och startstämplar i startögonblicket.

Banlängder/svårighetsgrader:

- Inskolning – 1690 m, grön, mycket lätt
- U1 – 1690 m, grön, mycket lätt
- U2 – 2410 m, vit, mycket lätt
- Öppen 1 – 2410 m, vit, mycket lätt
- Öppen 3 – 2680 m, gul, lätt
- Öppen 5 – 3750 m, orange, medel
- Öppen 7 – 3400 m, blå, svår
- Öppen 8 – 4310 m, svart, svår
- Öppen 9 – 7930 m, svart, svår

Miniknat

Miniknat finns i anslutning till TC mellan 10.00–11.00. Röd-vit snitslad bana med orange-vit skärm och SI-enheter.

Minknatbanan sammanfaller delvis med övriga banor, röd-vit snitsling. Medtag egen SI-bricka.

Barnpassning

Skall föränmälas till tävlingsledningen i samband med anmälan.

Servering

Välförsett marketenteri med hamburgare, m.m.

Toaletter

Ca 100 m från TC

Under tävlingen

Start

Första ordinarie start 11.00. Efteranmälda startar före ordinarie start. Fri starttid för Inskolning, U-klasser och Öppna klasser från klockan 10.30. Avstånd till start, ca 100 m, orange/vit snitsel.

Klasser och banlängder

Enligt startlista i Eventor.

Karta

Djäknebölsklinten, ritad 2011- 2013 och reviderad 2015

5 m ekv. Skala 1:7 500 för klasserna Inskolning, U1, DH65- , samt ÖM7.

Övriga klasser skala 1:10 000. Berg i dagen redovisad med gult. Svart kryss anger älgpass, raserat älgstom.

Kontrollbeskrivningar

Klasserna Inskolning och U1 har tryckta kontrollbeskrivningar. Övriga klasser endast lösa kontrollbeskrivningar vid starten.

Kontroller

Kontrollerna är markerade med orange-vit skärm, elektronisk stämpingsenhet och stiftklämma. Kontrollerna sitter bitvis mycket tätt – kolla kodsiffrorna!

Stämpling

Nollning av bricka sker på väg till start. Var noga med ljud- och ljussignal. Stiftklämma vid kontrollerna och reservruta på kartan finns i händelse av felaktig enhet.

Målgång

Löpare stämplar på mållinjen. Den som bryter tävlingen måste också stämpla ut.

Terräng

Måttligt till starkt kuperad, mycket detaljrik terräng med inslag av lättlöpta hållmarker samt stenbunden terräng. Huvudsakligen mycket god framkomlighet. Vegetationen består till största delen av gles tallskog uppe på höjderna och inslag av granskog i sluttningar och på de flackare partierna. Områden med löphindrande vegetation, gallrad resp. tät skog, är markerade på kartan. Hyggen förekommer sparsamt. Ungdomsbanor och de kortare öppna banorna går i relativt stigrig terräng.

Vätska

Finns vätska (vatten) i anslutning till en körväg för de längre banorna, markerat på kartorna med



Snitslade stigar

Otydliga och konstgjorda stigar, tryckta med streckad violett linje på karta, (främst för ungdomsbanor) är snitslade med vit snitsel i terrängen.

Minknatbanan sammanfaller delvis med övriga banor, snitslat med röd-vita snitslar.

Förbjudet område

Förbjudna områden markerade på kartan med lila raster. Tillåtet att springa i diken i anslutning till förbjudet område.

Förbjudet område som är markerad med heldragen spärmlinje är markerad med gul-blå snitsel i terrängen.

Skuggning + hjälp vid start

Skuggning tillåtet i Inskolning, U1, U2, samt Öppna motionsklasser. Skuggning före eget lopp får endast utföras i klasserna Inskolning och U1. Skuggkartor i svart-vitt för klasserna Inskolning, U1 och ÖM1.

I klasserna HD10-12 får tävlande ta hjälp av ledare i startfållan (kartpassning etc.) fram till starttidpunkten.

Martinsons Cup:

Ungdomar från Västerbotten (-16 år) tävlar i Martinsons Cup. Separat ställning i cupen kommer att anslås på TC.

Ledarna efter deltävling 5 (Umedalens IF) ska bära ledartröja. Dessa delas ut vid målet 45 minuter före första start.

Efter tävlingen

Service

Dusch	Vid TC. Varmvatten utomhus.
Toaletter	Ca. 100 m från TC
Servering	Välförsett marketenteri med hamburgare, m.m.
Sjukvård	Enklare sjukvård finns vid TC

Prisutdelning

Prisutdelning efter avslutad tävling. DM-plaketter. Inskolning, U1 och U2 priser till alla.

Tävlingsregler

SOFT:s tävlingsregler gäller.

Tävlingsjury

Mikael Yngvesson, Robertsfors IK, ordf.

Anita Lundmark, IFK Umeå

Stefan Kärrlander, Umedalens IF

Tävlingsledning och Presskontakt

Jörgen Kragh, tävlingsledare, 090-422 59, 070-209 90 08

Signar Eriksson, banläggare + presskontakt, 070-548 13 64

Annika Manni, tävlingskontrollant

Tommy Nilbrink, bankontrollant

Torbjörn Yttergren, bankontrollant

VÄLKOMNA!