



PM, DM Stafett söndag 30 augusti 2015

OBS! PM kan bli uppdaterat. Tävlände ska ta del av PM uppsatt på arenan före start.

Före tävlingen

Tävlingscentrum (TC)	Stornorrfors kraftstation (Vattenfall), Sörfors, Umeå. Se eventor för karta
Parkering	På anvisad plats vid tävlingscentrum. P-avgift: 20 kr.
Stämplings-system	Tävlingarna kommer att genomföras med Sportidents elektroniska stämplingssystem för samtliga deltagare. Anmälda utan bricknummer har automatiskt tilldelats en hyrbricka till en kostnad av 25 kr. Ej återlämnad bricka debiteras med 350 kr. SI-Card 9- kan användas. Tömning av bricka vid TC för stafettlöpare, ingången till växlingsfällan.
Nummerlappar	Nummerlappar enligt startlistan. Lagkuvert delas ut vid tävlingssekretariatet. Sträcka 1/3 serienummer 50A- (svart) och sträcka 2/4 serienummer 50B- (röd) .
Öppna motionsbanor	Öppna banor finns till försäljning på TC mellan 10.20 – 11.00 och ÖM 1 har fri starttid mellan 10.20 – 12.00, övriga klasser 10.20 -11.30. Avgifter: 75:- t.o.m. 16 år, övriga 130:-. Avgifterna faktureras klubbvis i efterhand för klubbanslutna. Du bestämmer själv din starttid och startstämplar i startögonblicket. <u>Banlängder/svårighetsgrader:</u> <ul style="list-style-type: none">• Öppen 1 – 1,8 km, vit, mycket lätt• Öppen 3 – 2,3 km, gul, lätt• Öppen 5 – 3,0 km, orange, medel• Öppen 7 – 3,0 km, blå, svår• Öppen 8 – 4,5 km, svart, svår
Stafett-klasser	Två löpare i varje lag, som springer två sträckor var. Den ena löparen (A) sträcka 1 och 3 och den andra löparen (B) sträcka 2 och 4. Lånebrickor (används på sträcka 3 och 4) finns i kuvertet med nummerlapparna och läs noga numret så att du väljer rätt bricka enligt startlistan. Sträcka 1 och 2 egen bricka. Anmälan/ändring av lagmedlemmar senast 1 timme före start . Målstämpling sker efter varje delsträcka. H21 3.3–3.3 – 2.1–2.1 km D21 3.3–3.3 – 1.8–1.8 km DH12 1.8–1.8 – 0.9–0.9 km DH14 2.4–2.4 – 1.1–1.1 km D16 2.1–2.1 – 1.8–1.8 km H16 2.1–2.1 – 2.1–2.1 km D90 1.8–1.8 – 1.8–1.8 km H90 2.1–2.1 – 2.1–2.1 km D110 1.8–1.8 – 1.8–1.8 km H110 2.1–2.1 – 1.8–1.8 km D130 1.8–1.8 – 1.3–1.3 km H130 1.8–1.8 – 1.8–1.8 km
Uppvärmning/ förbjudet område	Uppvärmning endast tillåten på asfaltvägarna vid TC
Miniknat	Miniknat kl 9-10. Snitslad orienteringsbana för små barn. Ca 600 m i lätt terräng. Pris till alla. Gratis. Ekorrhjul kl 9-10. Kontrolljakt utan karta med olika svårighetsgrad. Gratis.

Servering Vålförsett marketenteri med hamburgare mm.

Toaletter Finns endast vid TC

Under tävlingen

Start stafett Start kl. 10.00: D21, H21.
Start kl. 10.10: HD12, H14, D16, H90, D90, H110, D110, H130, D130

Start öppna motionsklasser Egen startplats vid TC. Tömning av bricka görs vid starten för dessa klasser. Starten sker genom startstämpling. Fri starttid för ÖM 1 mellan 10.20-12.00, övriga 10.20 -11.30.

Karta Klabböle-Sörfors. Ekvidistans 5 m, skala 1:10 000 för samtliga klasser.

Kontroll-beskrivningar Endast tryckta på kartan.

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

Stämpling Nollning av egen bricka vid start. Var noga med ljud- och ljussignal. Stiftklämma vid kontrollerna, för ev. stämpling på kartan, finns i händelse av felaktig enhet.

Växling - stafetten Växling sker efter att inkommande löpare har stämplat på mållinjen. Ingående löpare tar karta som är **märkt med lagets startnummer**, (se startlistan (serie 50-)) och lämnar över till utgående löpare.

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

Terräng Måttligt till starkt (längre banorna) kuperad skogsmark med en del vägar, stigar och förekommande detaljrika höjdparter. Ett sammanhängande väg- och stignät utnyttjas för ungdomsbanorna. Områden med löphindrande vegetation, gallrad resp tät skog, är markerade på kartan.

Efter tävlingen

Service Dusch och toaletter: vid TC
Servering: Vålförsett marketenteri med hamburgare mm
1:a hjälpen Väska med förbandsmateriel finns vid marketenteriet vid TC

Prisutdelning Prisutdelning efter avslutad tävling. DM-plaketter.

Tävlingsregler SOFTs tävlingsregler, inklusive aktuella anvisningar, gäller. Deltagare från klubbar utanför Västerbotten tävlar ej om DM.

Tävlingsjury Anslås på TC

Tävlingsledning och presskontakt Tävlingsledare: Gunnar Tiger (0738099339) och Per Hallgren (0705335371).
Banläggare + presskontakt: Simon Nilsson (0703364403)

Varmt välkomna! Umeå OK!