



53:a RODHENLOPPET i år med MTB-O

Lördagen 31 oktober 2015

Orienteringslöpning och MTB-O

Samling

Kristinelundsskolan i Östhammar. Vägvisning från väg 76 vid infarten till Östhammar.

Parkering

På anvisad plats i anslutning till TA. Avgift 20:- . Betalas i mjölkkanan vid ingång till skolan.

Patrullklasser

H17 lång	11,1 km	D17 lång	7,8 km
H17 medel	7,8 km	D17 medel	5,5 km
H17 kort	6,0 km	D17 kort	4,2 km
H60	5,4 km	D60	3,9 km
H70	4,1 km	D16	4,2 km
H16	5,1 km	D14	3,9 km
H14	3,9 km	D12	3,0 km
H12	3,0 km		

Mixed kort (1 man ej H17-39 och 1 kvinna)	4,2 km
Mixed lång (1 man och 1 kvinna)	7,0 km
Mixed 50+ (1 man och 1 kvinna båda 50 år eller äldre)	3,9 km

MTB-O H17	Ca 20 km
MTB-O D17	Ca 10 km
MTB-O mixed (1 man och 1 kvinna)	Ca 10 km
MTB-O HD16	Ca 10 km

Individuella klasser

Öppen 2	3,0 km
Öppen 5	4,2 km
Öppen 8	5,5 km

Start

Gemensam avgång till start för samtliga klasser **kl 16.20**. Kom i god tid!
Starten sker kl 17.00. Avstånd till start ca 2,3 km. I början på väg och senare på äng med god sikt. Töm och check före avgång.

Överdrag

Överdragskläder kan lämnas vid starten och hämtas utanför sekretariatet.

Stämplingssystem

SPORTident används av samtliga löpare. Alla deltagare ska stämpla med sin pinne vid varje kontroll. Kontrollera i startlistan att du har rätt sportident nummer på din pinne. Nolla och checka din sportidentpinne innan avgång till start, dvs på TA.

Hyrpinnar hämtas vid sekretariatet.

Kontrolldefinition

Kontrolldefinitionen finns tryckt på kartan. Det finns ej lösa kontrolldefinitioner.

Löparbank

Löparbank för "ensamma" löpare finns på OK Rodhens hemsida www.idrottonline.se/osthammar/okrodhen-orientering samt vid sekretariatet på arenan på tävlingsdagen fram till 15.45.

Patrull och brickändringar

Ändringar ska vara gjorda senast kl 15.45 i sekretariatet. Sekretariatet finns i Kristinelundsskolan.

Vakanser

I ungdomsklasserna finns 2 vakanspatruller/klass. Anmälan till dessa kan göras fram till 15.45 på tävlingsdagen till sekretariatet på TA.

Nummerlappar

Nummerlappar finns utanför ingången till Kristinelundsskolan. Alla deltagare ska bära nummerlappar.

Toaletter, dusch och ombyte

Toaletter och dusch finns i Kristinelundsskolan. Omklädningsrummen är inte så stora, lämna därför väskor i stora salen medan du springer. Ingen toalett vid start. Obs, skoförbud gäller inne i skolan. Respektera detta och följ uppsatta anvisningar.

Resultat

Resultaten kommer att anslås fortlöpande inne i samlingssalen och senare på Eventor.

Prisutdelning

Prisutdelningen genomförs i samlingssalen. Det sker allt eftersom klasserna är klara.

Servering

Passa på att njuta av en god fika hos Café Rodhen!

Tävlingsregler

SOFT:s tävlingsregler gäller.

OBS !

Deltagare till fots och på cykel tävlar delvis i samma område och på samma stigar/vägar. **lakttag försiktighet från båda sidor.**

Orienteringslöpning

Karta och terräng

Kartan är nyritad 2012-2014 av Christer Eriksson, CartwritE med grundmaterial från laserdata

Skala 1:7 500 för D60, H60 och H70.

Skala 1:10 000 för övriga. Ekvidistans. 2,5 m.

Terräng: Småkuperade uppländska hållmarker blandat med flackare och detaljfattiga områden. Kulturmark med stigar och mindre vägar.

Kupering: Svag kupering

Framkomlighet: Mestadels god men förekommer mindre områden med dålig framkomlighet som begränsar fart och sikt.

Förbjudna områden finns markerade på kartan och avser hästhagar. De är ej markerade i terrängen.

Vätska

Vätska finns för klasserna H17L, H17M, H17K, H60, H16, D17L, D17M, D16, MixedL, MixedK samt ÖM5 och ÖM8 vid passage av mindre väg.

Öppna klasser

Det finns tre öppna klasser: 2, 5 och 8. Dessa kan man anmäla sig till på plats, fram till 15.45.

MTB-O

Utrustning

Hjälm samt trafiksäker cykel med både fram och baklyse är obligatoriskt.

Start

Patrullerna startar med cykel i samma process som övriga klasser.

Mål

Målgång med cykel i egen målfålla.

Karta

Kartan konverterad till MTBO-norm 2015, skala 1:10 000. Terrängen är början och slutet stad och park, men banorna sträcker sig nordväst om Östhammar där man kommer in i ett område med tallhed och ganska mycket stigar.

lakttag försiktighet vid passage av väg 76.

Huvudfunktionärer:

Tävlingsledare	Ingrid Sjölander	070 324 64 05
Banläggare	Simon Andersson	076 820 29 19
	Torbjörn Jacobsson	070 659 85 66
	Claes Jonsson MTB-O	070 616 83 26
	Magnus Blåudd MTB-O	
Bankontrollant	Annika Ardell	070 550 57 57
	Martin Jansson MTB-O	070 230 70 99
Tävlingskontrollant	Per-Erik Wåhlberg	070 659 21 77

**VÄLKOMNA till en lite annorlunda
orienteringstävling önskar OK Rodhen**