



# ATTUNDA

## ORIENTERING

### ATTUNDA OK PM NORDCUPEN 2015-11-07

**Parkering:** Vid Väsjöbackens parkering därifrån 700 meters promenad till TC vid Edsbergs sportfält.  
**Vägvisning från Danderydsvägen och Frestavägen.**  
**Obs ändrat i förhållande till inbjudan**

**Kollektivt** Buss 607 från Sollentuna centrum eller från Mörby centrum avstigning Flintåsvägen därefter 300 m promenad.

**Samling:** Vid Edsbergs sportfält.

|                    |                |               |
|--------------------|----------------|---------------|
| <b>Banlängder:</b> | H16 – 4,6 km   | D16 – 4,2 km  |
|                    | H16K- 3,0 km   | D16K-3,0 km   |
|                    | H14 – 3,9 km   | D14 – 3,9 km  |
|                    | H14K – 2,95 km | D12K – 2,9 km |
|                    | H12 – 2,95 km  | D12 – 2,9 km  |
|                    | H12K – 2,8 km  | D12K – 2,8 km |
|                    | H10 – 2,8 km   | D10 – 2,8 km  |
|                    | U2 – 2,7 km    | U1 – 2,4 km   |

**Ändringsanmälan:** Snarast med e-post till [jorgen.sone@pqr.se](mailto:jorgen.sone@pqr.se).  
Senast kl. 9.30 vid TC

**Start:** Första start kl. 10.00, U-klasser fri starttid 10.00 – 10.45  
**Avstånd till start** 800 m (väg/stig).

**Karta:** 1:10 000 med ekvidistans 4 m.  
Karta (svart/vitt) finns till "skuggor" i U-klasserna.

- Kartkomplettering: Kontrolldefinitionerna är tryckta på kartbladet (lösa finns för alla klasser)
- Stämplingssystem: Sportident, varje klubb ordnar SI-pinnar till egna löpare. Vid fel på kontrollenhet skall löparen stämpla i kartan med hjälp av reservstiftklämman.
- Ombyte, dusch: Trångt inomhus,
- Marka: Marka utomhus med korv, kaffe och kaffebröd.
- Info etc: Jörgen Sone 070-799 65 22

Välkomna!