



Järfälla OK välkomnar till Nationell tävling i **Långdistans** torsdagen den 5 maj 2016

Samling	Livgardets övningsfält i Kungsängen, Upplands-Bro kommun. Avfart från E18 mellan Stockholm och Enköping, trafikplats Brunna (150). Vägvisning från Granhammarsvägen mot Livgardet.
Parkering	100 – 300 m. Reservparkering upp till 1400 m. P-avgift 30 kr. Bussar ska anmälas.
Ordinarie anmälan	Via Eventor senast fredag 29/4 kl 23.59.
Avgifter	Ungdom t.om 16 år 70 kr, övriga 115 kr.
Efteranmälan	Via Eventor senast tisdag 3/5 kl 23.59 till 50% förhöjd avgift. Efteranmälda lottas tillsammans med ordinarie anmälda.
Klasser	Full klassindelning (förutom elitklasser) enligt SOFT:s anvisningar för långdistans. Sammanslagning av klasser kan göras enligt SOFT:s regler.
Öppna klasser	Direktanmälan på plats. Fri start mellan 10.00 – 12.00. Ungdom t.om 16 år 70 kr, övriga 115 kr. SI-brickor finns att hyra.
Stämplingssystem	SportIdent. Ange bricknummer vid anmälan. Ej återlämnad hyrbricka debiteras berörd klubb med 400 kr.
Karta	Skala 1:10000, ekvidistans 2,5 m. Reviderad 2016. För DH16-35 skala 1:15000 och för DH60 och äldre skala 1:7500.
Terräng	Måttligt kuperad skogsterräng. Mestadels mycket god framkomlighet, men ett antal grönområden med nedsatt löpbarhet förekommer. Området genomkorsas av större stigar och körvägar, samt av en stor kraftledning.
Start	Första start kl 10.00. Efteranmälda lottas med ordinare anmälda.
Dusch och toalett	I anslutning till TC.
Service på TC	Välsorterad marka, miniknat, barnpassning & sportförsäljning
Tävlingsledning	Tävlingsledare: Jonathan Alm, jonte@jarfallaok.se , 073-986 25 27 Banläggare: Stefan Sundelius, Göran Reinholdson och Robert Pedersen

VARMT VÄLKOMNA!