Preliminärt PM

Pan Våren

Nationell orientering

Medeldistans

Lördag 5 mars 2016

Tävlingsregler	SOFT:s allmänna tävlingsregler
Samlingsplats	Missionsgården Åhus, vägvisning från väg 118 söder om Åhus
Terrängbeskrivning	Måttligt kuperad strandskog med inslag av sanddyner. God framkomlighet.
Karta	Äspet-Yngsjö, kartskala 1:10 000 med ekv. 2 m. Ritad av Kenneth Kaisajuntti, reviderad 2015. Kartutskrift görs av Pernillas Grafiska i Svängsta. DH60 och äldre klasser samt ÖM7 skala 1:7 500 Då Åhus TrailRun avgörs på lördagsförmiddagen (start kl. 10:00) kan det på några enstaka ställen bildas upptrampade stråk i terrängen. Dessa finns inte med på tävlingskartan, men det kommer synas tydligt att dessa stråk är helt färska i jämförelse med stigarna som är utmärkta på kartan. Det är tillåtet att dubblera, dvs. delta i både Åhus TrailRun och Pan-Vårens medeldistanstävling.
Förbjudna områden	Tomtmark och andra avspärrade områden. **DET ÄR ABSOLUT FÖRBJUDET ATT BETRÄDA TOMTMARK.**
Första start	Kl. 11.30. Efteranmälda startar före. Fri starttid för inskolning, U1 och U2 kl. 11.30-13.00
Stämplingssystem	SportIdent för samtliga klasser förutom HD21, HD20 och HD18. SI-Card5, 6, 8, 9, 10, 11 eller SIAC1 kan användas SportIdent AIR+ **eller** SportIdent för klasserna HD21, HD20 och HD18. Deltagarna i dessa klasser får gratis låna en SIAC-bricka för att springa med brickan under tävlingen samt för att kunna använda SportIdent AIR+ systemet med touch-free stämpling. Utlämning av SIAC-lånebricka görs vid tältet för anmälan av Öppna klasser fram tom 11.30. SIAC-brickan återlämnas direkt efter målgång/avläsning av brickan. OBS ett infoblad för användning av stämplingssystemet SportIdent Air+ med SIAC-bricka anslås på Eventor resp på tävlingsplatsen. Deltagare i klasserna HD21, 20 och 18 som ej använder SIAC-bricka, stämplar enligt SportIdents vanliga stämplingssystem.
Startmetod	DH18 och äldre klasser får kartan i startögonblicket. DH10-16 har tillgång till kartan 1 minut före start. Inskolning, U-klasser och öppna motionsklasser startstämplar
Nummerlappar	DH21, självservering vid start
Skuggningsregler	Skuggning före eget lopp får endast utföras i klasserna inskolning, U1 och U2 samt ÖM1, ÖM2 och ÖM12 utom för löpare som senare ska delta i ungdomsklass eller i

	rankningsmeriterande klass
Start	En start för samtliga klasser. 600 m asfalt. Följ orange/vit snitsel.
Sen start	Anmäl sen ankomst vid start. Följ funktionärernas anvisningar
PreO	Bekanta Dig med kartan genom att lösa PreO-kontroller på väg till start.
Kontroller	Vid kontrollen finns skärm, stämplingsenhet och stiftklämma. Erhåller du inte klarsignal med ljus eller pip så stämplar du i reservruta på kartan med stiftklämman och meddelar sedan funktionär vid målgång. Kontrollerna sitter stundtals väldigt tätt. Kontrollera kodsiffran!
Målgång	Sker genom att löparen stämplar på mållinjen. Därefter avläsning av SI-cardpinne. OBS! avläsning ska ske även om du bryter tävlingen. Eventuellt hyrd SI-cardpinne återlämnas direkt efter avläsning
Maxtid	2 timmar
Viltrapport	Vid målet
Öppna klasser	ÖM 1, ÖM 3, ÖM 5, ÖM 7, ÖM 8, ÖM 12 inskolning) samt ÖM 13. ÖM 13 är en kort bana (3,5 km) med många kontroller och riktningsändringar i områdets småkuperade terräng. Anmälan sker i tält i anslutning till sekretariat vid målet.
Dusch	Varm dusch inomhus i duschvagn med begränsat utrymme och antal duschar 4 st i respektive del. Omklädning i tält i anslutning till duschvagn. Duschar och omklädningsutrymme kan tidvis upplevas trångt. Tävlingsområdet är naturskyddat område och av det skälet har vi som arrangörer valt den aktuella lösningen för att klara hanteringen av utsläpp av duschvatten.
Toaletter	Finns endast inom arenan, ej vid start.
Servering	På arenan välförsedd marka/café.
Barnpassning	På arenan från kl. 10.30
Miniknat	På arenan från kl. 10.00
Första hjälpen	Röda korsets tillhandahåller första hjälpen-service med bl.a. hjärtstartare
Sportförsäljning	Vetlanda OL-Sport
Klädselkontroll	Ja, i samband med start
Överdragskläder	Transport från start
Priser	Priser till DH21, ungdoms- och juniorklasser samt blombukett till segrare i samtliga klasser
Tävlingsledare	Anders Wallner 0708-28 57 48

Preliminärt PM

Pan Våren

Nationell orientering

Medeldistans

Lördag 5 mars 2016

Banläggare	Rolf Ohrlander, 0705-97 77 33
Ban- och tävlingskontrollant	Bertil Olofsson, Andrarums IF, 0417-300 28
Pressansvarig	Johan Modig, 0733-34 17 01
Tävlingsjury	Från Skånes OF David Bengtsson och Lunds OK (3)

Då Åhus TrailRun avgörs på lördagsförmiddagen (start kl. 10:00) kan det på några enstaka ställen bildas upptrampade stråk i terrängen. Dessa finns inte med på tävlingskartan, men det kommer synas tydligt att dessa stråk är helt färska i jämförelse med stigarna som är utmärkta på kartan.

Det är tillåtet att dubblera, dvs. delta i både Åhus TrailRun och Pan-Vårens medeldistanstävling.

PAN Kristianstad hälsar tävlande och publik välkomna