



## PM Rånässtafetten 2016

Nationell stafett söndagen 10 april 2016

**Samling** Ekbacken folkracebana i Skepptuna 15 km nordost om Arlanda., samma TC som Tiomila 2015. Vägvisning från väg 273.

**Parkering** Avstånd från parkeringen till TC 600 m. P-avgift 20 kr. Meddela oss om ni kommer med buss.

Klass	Banlängd (km)	Starttid
H17	8,6 – 8,6 – 6,6 – 6,6 – 8,6	09:30
H35	6,5 – 5,1 – 6,5	10:10
H45	5,9 – 5,0 – 5,9	10:30
H55	5,4 – 4,8 – 5,4	10:10
H65	4,1 – 3,4 – 4,1	10:10
H13-16	4,5 – 3,4 – 4,5	10:30
HD12	2,8 – 1,6 – 2,8	10:50
Öppen budkavle	3,4 – 4,6 – 6,3	10:10
Inskolningskavle	1,4 – 1,4 – 1,4	10:10
D17	6,9 – 5,4 – 6,9	10:50
D35	4,9 – 3,9 – 4,9	10:10
D45	4,0 – 3,4 – 4,0	10:10
D55	3,4 – 3,4	10:30
D13-16	3,9 – 3,4 – 3,9	10:30

Spridningsmetod förekommer i samtliga klasser utom i klasserna HD-12, Inskolningskavle samt Öppen budkavle. I klasserna H35, H45, H55, H65, H13-16, D35, D45 och D13-16 är sträcka 2 rak. **OBS! I klasserna Inskolning, HD-12 och HD13-16 på sträcka 2 får det vara fler löpare, dock max 3 per lag varav den som kommer in först växlar till str 3. Medföljare är tillåtna i inskolningskavlen. Inga glada och ledsna gubbar på inskolningsbanorna. Vid anmälan måste antalet extralöpare anges.**

**Klubbpåsar** Utlämnas klubbvis vid direktanmälan från klockan 08.00. Innehåller hyrda löpbrickor, PM, klubbstartlista, lagändringsblanketter och nummerlappar. **OBS! Medtag egna säkerhetsnålar. Det finns inga i klubbpåsen.**

**Nummerlappar** Skall bäras ovikt och väl synligt på bröstet.

**Laguppställning** Via Eventor senast kl 21.00 fredagen den 8 april, alternativt med e-post till erikssonjonas@telia.com. På tävlingsdagen måste lagändringar vara inne senast 45 minuter före respektive start (20 min för H17). **Kontrollera mot startlistan att ni använder rätt bricka till rätt sträcka.**

**Karta** Ritad 2013 – 2015. Skala 1:10 000. Ekvidistans 2,5 meter. Digitalutskrift BL-Idrottsservice, certifierad av SOFT. **OBS! Inga extrakartor till medföljare i inskolningsklassen**

**Terrängbeskrivning** Skogsmark med ett mindre antal vägar och stigar som inte är sammanhängande. Kulturmark förekommer framförallt i utkanten av tävlingsområdet med mycket öppen mark. Detaljrika höjder, dock varierar detaljrikedomen mycket i hela området Svagt kuperad terräng. God framkomlighet, förutom de områden med tät skog som är redovisade på kartan. Området har endast ett fåtal mindre sankmarker. Höjddpartierna är ofta mycket lättlöpta berghällar.

**OBS! Rödvit snitsel finns i skogen men den är INTE för tävlingen.** Otydliga stigar är vitsnitslade för ungdomsbanor.

**Förbjudet område** All tomtmark samt markerade områden på kartan är strängt förbjudet att beträda.

**Direktanmälan** ÖM 2,4,6,7 och 9 finns till försäljning kl 09:00-11:00. Fri start i anslutning till TC kl. 10:00-12:00. Startavgift 60 kr för ungdomar upp till 16 år, övriga 100 kr. Hyrbricka 30 kr/st. Avgifterna faktureras klubbarna i efterhand.

ÖM 2 1,7 km

ÖM 4 3,8 km

ÖM 6 6,0 km

ÖM 7 3,4 km

ÖM 9 8,1 km

**Växling** Sker med nästa sträckas karta. Inkommande löpare stämplar vid målet, lämnar sin karta i en back anvisad av funktionär, hämtar nästa sträckas karta vid kartplanket och växlar med den till nästa löpare. Därefter går löparen mot utstämplingen och stämplar ut. Om flera löpare springer 2:a sträckan ska löparen på 1:a sträckan ge dessa varsin karta. Kartorna ligger i samma plastficka och fördelas till respektive löpare. Överblivna kartor ges till funktionärer. Första löparen i mål på 2:a sträckan växlar till 3:e sträckans löpare. Om denna löpare inte är godkänd diskvalificeras laget.

**Målgång** Målgång sker i särskild målfälla. Målstämplingen sker strax efter mållinjen och skall ske i samma ordning som löparna kommit i mål. Placeringen avgörs av en måldomare. De löpare som utgått eller på annat sätt inte passerat mål och avläsning måste gå till sekretariatet och läsa av sin bricka

**Omstart** Sker vid kartplanket. Tid meddelas av speakern.

**Kartutlämning** Utlämnas klubbvis. Tid meddelas av speakern.

**Miniknat** Vid TC. Start kl. 09:30-11:30. Avgift 20 kr.

<b>Barnpassning</b>	På TC kl.09:30-13:00
<b>Resultatlistor</b>	Publiceras på Eventor.
<b>Prisutdelning</b>	Prisutdelning sker efterhand som klasserna blir klara. Tid meddelas av speakern.
<b>Dusch/Toalett</b>	Tempererad dusch utomhus. Avstånd TC – Dusch/Toa ca 100 m.
<b>Servering</b>	Välförsett marketenteri och hamburgeria vid TC.
<b>Sjukvård</b>	I anslutning till TC.
<b>Sportförsäljning</b>	OL-specialisten
<b>Tävlingsregler</b>	SOFT's tävlingsregler gäller
<b>Tävlingsjury</b>	Katarina Bengtsson L-100 IF, Torbjörn Lännevall OK Roslagen, Sture Larsson Länna IF
<b>Tävlingsledare</b>	Anki Pousette 070 676 00 46
<b>Banläggare</b>	Boris Andersson
<b>Bankontrollant</b>	Roger Tynell, Rolf Andersson
<b>Tävlingskontrollant</b>	Sören Eriksson, Länna IF

**Välkomna  
önskar  
Rånäs OK!**

