



UPPSALA MÖTE – LÅNGDISTANS

PM till nationell långdistansorientering och deltävling i Upplandströjan söndagen
den 24 april 2016

Samling

Stordammsskolan i Sävja, 6 km sydöst om centrala Uppsala.
Vägvisning från rondellerna längs v 255 i Sävja (koordinater 59°49.250'N 17°41.944'E).
Busslinje 5 från centralstationen, hållplats Uppsala Daneport, ca. 300 m från Arenan.

Parkering

Parkering på grus- och asfaltsytor samt gator.
Avstånd till TC 1500 m (längs väg och gångbanor).
Avgift 20 kr/bil, men gratis om ni är minst 4 personer i bilen.
Begränsade parkeringsytor så samåk gärna, åk kollektivt eller cykla.
Om ni kommer med egen buss var god ring Christer Eriksson, 070-3986190 senast på fredag den 22 april.

Efteranmälan

Mot 50 % förhöjd avgift tas efteranmälan emot senast onsdagen den 20 april via Eventor. Efteranmälan i ungdomsklasser sker med ordinarie avgift.
Efteranmälda lottas in bland ordinarie anmälda.

Start

Första ordinarie start kl 10.00. Orange-vit snitsel till start som är samma för samtliga klasser. Avstånd till start 1300 m längs väg/stig.
I inskolningsklass, U-klasser och Öppen motion är det fri starttid (10.00-12.30) och start sker genom startstämpling. Skuggning och par/patrulllöpning är tillåten i dessa klasser.
Även i ungdom kort är par/patrulllöpning tillåten, men där är starttiderna lottade. Om ni vill springa i par kontakta sekretariatet innan start.
Challenge och hitta-ut klasserna startar på arenan, se nedan.

Terräng

Skogsmark med ett flertal större och mindre sankmarker. Det finns ett rikt nätverk av mindre stigar nära arenan, som används av ungdomsbanorna.
Tävlingsområdet längre bort från arenan är av vildmarkskaraktär med endast enstaka inslag av stigar, och ibland sämre sikt. Terrängen är flack, men med ett mycket stort antal små höjder och mossar.
Detaljrikedom är över lag hög och framkomligheten mestadels mycket god.

Förbjudna områden

Förbjudna områden är markerade med grönt för tomtmark.

Karta och kontrolldefinitioner

Lunsen, skala 1:10 000 och för HD60 och över skala 1:7 500. Ekv 2,5 m. Kontrolldefinitioner finns tryckta på kartan och lösa. För de flesta klasser är kartan i A3-format.
Skuggningskartor i svart/vit finns i klasserna Inskolning, U1 och U2.

Mål

Det är obligatoriskt att följa fällan till mål från sista kontrollen, oavsett vad som står på kontrollangivelserna (förutom i hitta-ut-klassen).
Målstämpla vid mållinjen och följ sedan arrangörens anvisning mot utstämpling som sker vid husväggen.
Hitta-ut-klassen har eget mål och utstämpling på samma plats som start och anmälan för den klassen.

Nummerlappar

Klasserna som omfattas av Upplandströjan; DH14 och DH16 samt DH21. Självservering vid start.

Hjälp till ungdomar

Skyltar med glada och ledsna gubbar finns som hjälp på inskolningsbanan.
Otydliga stigar är snitslade med vit snitsel. Ibland blir även större stigar otydliga i terrängen, t.ex. när de går på hållmarker. Där detta kan skapa förvirring hos de yngre löparna har vi snitslat med vita snitslar.
Vuxna hjälpare finns också i skogen på några platser. Dessa har orange västar.

Vakansplatser och direktanmälan i ungdomsklasser

Till inskolning, utvecklingsklasser kan du anmäla dig på plats på tävlingsdagen.
I ungdomskortklasserna finns 2 vakansplatser och i övriga ungdomsklasser finns 5 vakansplatser för anmälan på tävlingsdagen.
Anmälan i sekretariatet. Avgift 70 kr, hyrbricka 25 kr.

Öppna motionsklasser

ÖM1, ÖM3, ÖM5, ÖM7, ÖM8, ÖM9. Anmälan på arenan kl 9.00 – 12.00. Avgift ungdom 70 kr, övriga 120 kr. Fri starttid mellan kl 10.00 - 12.30. Hyrbricka 25 kr.

Challengeklass

Enklare orientering på stigar för dig som gillar att springa och vill prova på att ha en karta i handen. Fyra klasser. Herrar 5 och 10 km samt damer 5 och 10 km. Anmälan via epost, UMchallenge@ifthor.se eller på plats på arenan vid Öppna klasser. Jaktstart utifrån lördagens resultat med första start kl 10.00. Start på arenan parallellt med målet. Deltagare endast på söndagen samt de som är mer än 30 min efter segraren på lördagen startar gemensamt kl 10.30. Mer info finns i separat inbjudan och vid platsen för anmälan.

Hittaut-klass

Ta så många kontroller/checkpoint du hinner mellan kl. 10.00-12.00. Både lätta och svåra kontroller finns. Anmälan på plats på arenan (vid Öppna klasser). Start, mål och utstämpling sker på samma plats som anmälan. Mer info finns i separat inbjudan och vid platsen för anmälan.

PM, start- och resultatlista

Anslås på arenan samt på Eventor. Startlistan publiceras torsdagen den 21 april.

Livelox

Kartor och banor kommer att läggas ut i GPS-trackingtjänsten Livelox. Du kan spela in din rutt antingen med mobiltelefon via Liveloxappen eller via GPS-klocka.

Hyrbrickor

Hämtas vid sekretariatet. Ej återlämnad hyrbricka debiteras fullt värde.

Anmälningsavgifter

Löpare från utländska klubbar och klubblösa betalar startavgift och ev. hyrbricka i sekretariatet. Övriga faktureras klubbvis.

Viltrapport

Rapportera klövvilt efter utstämpling vid målgång.

Maxtid

2 timmar och 30 minuter.

Tävlingsregler

Enligt SOFT.

Priser

Antalet priser per klass anslås på resultattavlan. I klasserna Inskolning U1 och U2 får alla deltagare pris. Dessa hämtas direkt efter målgång. Prisutdelning för övriga ungdomsklasserna sker vid arenan allt eftersom klasserna blir klara. I vuxenklasser skickas presentkort ut till pristagarna. Prisutdelning för Challenge- och Hittaut-klasserna sker vid arenan allt eftersom klasserna blir klara.

Barnaktiviteter

Barnpassning på skolgård med många lekredskap. Öppet från ca 9.30. Miniknat i anslutning till arenan. Öppet mellan 9.30 och 12.30. Avgift 10 kr.

Försäljning

Severing med soppa, hamburgare, korv, smörgåsar och hembakat.

Sportförsäljning: Letro Sport AB www.letro.se

Toaletter

Toaletter finns vid arenan, vid duschen och vid starten

Omklädning

Inomhusdusch i idrottshallen. Avstånd från arenan ca 300 m.

Första hjälpen

Inomhus vid arenan.

Huvudfunktionärer

Tävlingsledare

Charlotte Ihrfors 070-2830717
Johanna Ragvald 070-3907181

Banläggare

Rob Hart
Maria Hart

Bankontrollant

Niklas Aldén
Helena Grennberg (ungdomsbanor)

Tävlingskontrollant

Sara Lind, IF Thor

Varmt välkomna önskar OK Linné

Orienteringsklubben Linné • Tallbacksvägen 68 • 756 45 Uppsala • www.oklinne.nu