PM

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 korsningen Tranbyggevägen.
Åka kollektivt	Buss 557/559 från Kungsängens station till hållplats Stigtorp alt. Fornsta därefter 3,5 alt.2 km att gå.
Parkering	100 – 500 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 20.00 till 50% förhöjd avgift. Efteranmälda lottas tillsammans med ordinarie anmälda.
Direktanmälan	Anmälan till öppna klasser, inskolning och utvecklingsklasser mellan 09:00 och 11:30. Fri start mellan 10.00 – 12.00. Ungdom t.om 16 år 70 kr, övriga 115 kr. SI-brickor finns att hyra.
Avgifter	Ungdom t.o.m.16 år 70 kr, Elit 170kr och övriga 115 kr. Deltagaren debiteras avgift på 30 kr om bricknummer inte angivits, bricknummer ändras eller om deltagaren hyr löparbricka. Ej återlämnad hyrd löparbricka debiteras med 400 kr. Samtliga avgifter faktureras klubbvis i efterhand för klubbanslutna.
Start	Första start kl 10.00. Start 1: HD-70, ÖM1-9, U1-4 och Inskolning. Avstånd till start 1 är 700m orange/vit snitsel på grusväg. Start 2: HD75-. Till start 2 blir det busstransport på ca 10min. Därefter 400m orange/blå snitsel i terräng. Detta för att vi är månar om bankvalitén. Bussen avgår 09:15, 09:45, 10:15 och 10:45 från TC. Det är fri starttid med startstämpling för alla klasser på start 2.
Överdragskläder	Transporteras tillbaka från starterna till TC.
Klasser & banlängder	Se startlistan
Strukna klasser	Klassändringar beslutas då tiden för efteranmälningar är slut.
Stämplingssystem	SportIdent används i samtliga klasser. Ange bricknummer vid anmälan. SI-enheter för Tömning och Check finns vid starten. Är kontrollenhet ur funktion, ska stiftklämma användas. Stämpla i kartan på anvisad plats. Målstämpling ska utföras vid målgång.

	Deltagare som saknar registrering från kontroll eller målgång blir ej godkänd.
Nummerlapper	Inga klasser med nummerlappar.
Kontrollbeskrivning	Finns både lös och tryckt på kartan.
Karta	Skala 1:10000, ekvidistans 2,5 m. Reviderad 2016. För DH16-35 skala 1:15000 och för DH60 och äldre skala 1:7500. Det finns gallringar och drivningsvägar, samt spår av terrängfordon och motorcyklar, vilka gjorts efter kartans färdigställande.
Kartbyte	H21 har kartbyte med varvningskontroll vid TC.
Inskolning & U1	Har ett par ”extrastigar” markerat med violett på kartan och med vit snitsel i terrängen samt en separat startpunkt från start 1.
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.
Förbjudna områden	Är markerade på kartan men **inte** i terrängen. Söder om TC finns en stor skjutbana som är förbjuden att beträda. Se skyltar och markeringar i terrängen. Skjutningar kan förekomma under tävlingsdagen.
Skuggning	Löpare i tävlingsklass får före eget lopp utföra skuggning i Inskolning, U1, U2, ÖM1 och ÖM2. Skuggning före eget lopp får ej utföras av löpare i ungdomsklasser samt rankingmeriterande klasser dvs. DH18, DH20 och DH21.
Maximal löptid	2,5 timme.
Dusch	Dusch utomhus för herrar och inomhus för damer finns på TC.
Toalett	Finns endast inomhus vid TC.
Service	Välsorterad marka med grill, miniknat 20kr, barnpassning, första hjälpen och sportförsäljning av OL-specialisten.
Swish	Vi kan ta emot swish-betalningar till nr **123 228 80 82**. Använd gärna kontanter till parkeringsavgiften för att undvika köbildning.
Priser	Priser till de främsta i ungdomsklasserna.
Tävlingsregler	SOFT:s tävlingsregler gäller.
Internet	Inbjudan, anmälan, PM, startlista och resultat finns på eventor.orientering.se
Tävlingsledning	Tävlingsledare: Jonathan Alm Banläggare: Göran Reinholdson och Robert Pedersen
Upplysningar	Jonathan Alm, 0739-86 25 27, jonte@jarfallaok.se

VARMT VÄLKOMNA!