



Snättringe SK inbjuder till Höstlunken söndagen 6 november 2016

Dra med dig en kompis och bege er ut på en utmanande och rolig ultralångdistans i den fina södertörnsskogen. Eller varför inte köra Mil- eller Kort-lunken med lättare orientering och tuff löpning? Om inte allt det räcker finns det också öppna motionsklasser. Vålförtjänt blåbärssoppa när du kommer i mål.

Klassindelning och ungefärliga banlängder:

Ungdomsklasser		Huvudklasser		Öppna Motionsklasser	
H12	3,3 km	H21A	16,8 km	ÖM3	3,2 km
D12	3,3 km	H21B	13,1 km	ÖM7	3,9 km
HD12	3,3 km	D21	9,9 km	ÖM8	5,0 km
H14	5,6 km	H17-20	13,1 km	ÖM9	8,3 km
D14	5,3 km	D17-20	8,3 km	ÖM10	13,1 km
HD14	5,6 km	H40	13,1 km		
H16	7,6 km	D40	7,6 km		
D16	6,3 km	H55	8,3 km		
HD16	6,3 km	D55	6,1 km		
		H65	6,1 km		
		D65	5,0 km		
		Motion (fri ålder)	7,6 km		
		Mix (fri ålder)	9,9 km		
		HD40 Mix	8,3 km		

Dessutom: Mil-lunken 10,1 km och Kort-lunken 5,1 km. Lätt orientering och tuff löpning. Masstart, herrar och damer tävlar i samma klass.

Samling: Vistaskolan, Huddinge (<http://kartor.eniro.se/m/NnBZO>). Vägvisning från korsningen Glömstaleden/Hageby Allé. Parkering i närheten av skolan. Avstånd mellan parkering och arena 100-600m. Åk gärna kollektivt! Från Huddinge C; Buss 714 mot Flottsbro el Fredriksdal (hpl Vistaskolan) alt buss 740 mot Kungens kurva (hpl Midsommarvägen). Från Masmo T-bana: Buss 740 mot Huddinge C (hpl Midsommarvägen).

Anmälan och lagsammansättning: Patrullen skall bestå av två löpare, som får vara från två olika klubbar. Mix-patruller samt HD-patruller ska bestå av en löpare av vardera kön. I motionsklassen gäller valfri sammansättning. Anmälan skall ske via Eventor senast söndagen den 30 oktober klockan 23:59. Avgift per person 70 kr/ungdom och 120 kr för övriga.

Svenska klubbar faktureras i efterhand via e-post. Klubblösa deltagare och deltagare från utländska klubbar ombeds kontakta tävlingskassör Elin Svensson, elin.svensson@gmail.com, innan tävlingen för betalning.

Efteranmälan: Senast onsdagen den 2 november klockan 23:59 till 50 % förhöjd avgift.

Direktanmälan: Avgift vuxna 120 kr, ungdomar -16 år 70 kr, brickhyra 30kr. Anmälan är öppen: Öppna klasser: 9:30-11:00. Mil-lunken och Kortlunken: 9:30-10:15.

Start: Första start 10:00 avstånd ca 1,5 km asfalterad gångväg. Efteranmälda lottas in bland övriga startande. Startlista och PM publiceras på Eventor senast fredagen den 4 november klockan 20:00. Öppna klasser har fri start 10:00-11:30. Mil-lunken startar 11:00 och Kort-lunken 11:05.

Karta och terräng: Särtryck ur karta Flottsbro och Masmoplatån från Gömmarkartan. Södertörnsteräng med mestadels måttlig kupering. De längsta banorna går in i ett relativt kuperat område.. Skala 1:15 000 för banorna H21A, H21B, H17-20, D21 och D17-20. Övriga klasser skala 1: 10 000.

Service på arenan: Högklassig grill och servering. Omklädning och dusch inomhus.

UP-avslutning: I samband med Höstlunken sker också UP-avslutningen för Stockholms ungdomar. Anmälan sker via <https://eventor.orientering.se/Activities/Show/5633> Mer information finns i separat inbjudan!

Föräldrar som följer med är givetvis välkomna att delta i Höstlunken! För ovana föräldrar kan Mil-lunken och Kort-lunken rekommenderas!

Information och tävlingsledning:

Tävlingsledare: Gösta Guteland tel. 073- 600 5940 och Per Wolgast 0708343976 . Mail till hostlunken@snattringesk.se.

Banläggare: Björn Salomonsson tel. 073-8340341

Bankkontrollant: Lars Cedéus

**Varmt välkomna på härlig höstororientering önskar
Snättringe SK!**

