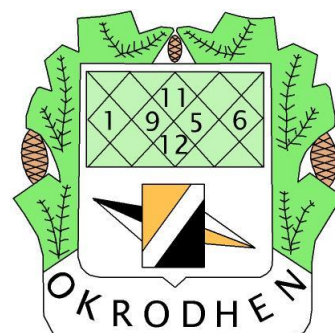


Inbjudan till 54:e RODHENLOPPET

Även i år med MTB-O

Ny klass Mixed U+V (Ungdom + Vuxen)



Lördagen 5 november 2016

Rodhenloppet är en nattävling för tvåmannapatruller med gemensam start. Även i år erbjuder vi banor för tvåmannapatruller i MTBO. Ny klass för i år är en mixed klass där en ungdom 14 år eller yngre springer tillsammans med en vuxen 17 år eller äldre. Blandade patruller med löpare från olika klubbar är tillåtna. De öppna klasserna är individuella.

Huvudklasser är H17 lång, D17 lång samt Mixed lång.

Patrullklasser:

H17 lång	10,7 km	D17 lång	7,6 km
H17 medel	7,5 km	D17 medel	5,5 km
H17 kort	5,5 km	D17 kort	4,2 km
H60	4,5 km	D16	4,0 km
H70	3,9 km	D14	3,1 km
H16	4,1 km	D12	2,6 km
H14	3,3 km		
H12	2,6 km		

Mixed lång (1 man och 1 kvinna)	6,2 km
Mixed kort (1 man ej H17-39 och 1 kvinna)	4,2 km
Mixed 50+ (1 man och 1 kvinna båda 50 år eller äldre)	3,8 km
Mixed U+V (1 ungdom 14 år eller yngre och 1 vuxen 17 år eller äldre)	3,3 km

MTB-O H17	ca 60 min
MTB-O D17	ca 60 min
MTB-O mixed (1 man och 1 kvinna)	ca 60 min
MTB-O HD16	ca 60 min

Individuella klasser:

Öppen 2	2,6 km
Öppen 5	3,8 km
Öppen 8	7,0 km

Öppen MTB-O	ca 60 min
-------------	-----------

Priser:

Segrare i huvudklasser får priser sponsrade av Alunda gjuteri samt av Roslagskartor.
Segrare i övriga vuxenklasser får pris sponsrat av Roslagsbröd.
Flertal priser i ungdomsklasserna.

Anmälan:

Anmälan senast 30 oktober i första hand via Eventor eller e-post:
rodhenloppet2016@hotmail.com

Efteranmälan:

Efteranmälan senast 2 november i första hand via Eventor eller e-post:
rodhenloppet2016@hotmail.com
För efteranmälan utgår 50% högre anmälningsavgift för vuxenklasser.

Anmälningsavgifter:

Patruller t o m HD16 140 kr, övriga 240 kr.
För öppna klasser är anmälningsavgiften 70 kr för ungdom och 120 kr för vuxen.

Löparbank:

Löparbank för "ensamma" löpare kommer att finnas på OK Rodhens hemsida
www.idrottonline.se/osthammar/okrodhen-orientering samt vid sekretariatet på arenan på tävlingsdagen.

Stämplingssystem:

Sportident används i samtliga klasser, uppge bricknummer vid anmälan.
Hyrbricka 25 kr.

PM, start- och resultatlista:

Se Eventor

Samling:

Olandsskolan Alunda. Vägvisning från väg 288 i Alunda.

Parkering:

Max 400 m från arenan

Start:

Gemensam avmarsch med facklor till start för samtliga klasser **kl 16.25**. Avstånd till start ca 2,5 km. Kom i god tid !

Mål:

Målet är beläget ca 1,5 km från Olandsskolan. Möjlighet till transport från mål till Olandsskolan finns i begränsad omfattning.

Direktanmälan, löparbank, patrull- och brickändringar:

I sekretariatet.

Omklädning och dusch:

Inomhus i skolan.

Servering:

Vår marka bullar som vanligt upp med allt möjligt smått och gott.

Karta och terräng orienteringslöpning:

Karta nyritad 2014-2016 med grundmaterial från laserdata av Jonas Eklund och Per Bengtsson

Skala 1:7 500 för H60 och H70.

Skala 1:10 000 för övriga. Ekvidistans. 2,5 m.

Inledningen av banorna går i ett **helt nykarterat område** som inte använts för orientering på 20 år. Ett mycket detaljerat höjddparti med branta slänter i norr. Den terränglådan är mycket detaljerad med skiftande framkomlighet. Allt ifrån ljuvliga öppna hållmarker, till vresiga grönområden och storstammig granskog. Sankmarker i normal uppländsk omfattning. Några stigar korsar området. Hyggen förekommer inte här. Kartritaren tillika banläggare kan utan att överdriva säga att det blir en tekniskt utmanande början på årets Rodhenlopp. Ungdomsklassernas banor är självklart anpassade efter lagom svårighetsgrad.

Alla klasser kommer att passera ett åkerparti där vätska kommer erbjudas. Resterande delar av banorna går i ett ganska flackt parti med ganska mycket sankmarker och övervägande god framkomlighet. Tätare skog och hyggen förekommer i begränsad omfattning. Området har använts för Rodhenloppet 2014 samt Rodhens medeldistanstävling 2015.

MTB-O:**Utrustning:**

Hjälm samt trafiksäker cykel med både fram och baklyse är obligatoriskt.

Start:

Patrullerna startar i samma process som övriga klasser.

Mål:

Målgång i eget mål i anslutning till Olandsskolan.

Karta:

Kartan konverterad till MTBO-norm 2016, skala 1:10000.

Lättcyklade mindre vägar, cykelbanor, stigar och motionsspår i centrala Alunda. Svag kupering.

OBS !

Deltagare till fots och på cykel tävlar delvis i samma område och på samma stigar/vägar. **lakttag försiktighet från båda sidor.**

Övernattningsmöjligheter:

Vandrarhem i Gimo 0173 401 15
Gimo Herrgård 0173 889 00
Hökhuvuds bygdegård 070 324 64 05
Träningsmöjlighet finns dagen efter tävlingen.

Huvudfunktionärer:

Tävlingsledare	Ingrid Sjölander	070 324 64 05
Banläggare	Jessica Söllvander	
	Jonas Eklund	
	Magnus Björk MTB-O	
	Magnus Blåudd MTB-O	
Bankkontrollant	Bo Fransson	
	Martin Jansson MTB-O	
Tävlingskontrollant	Per-Erik Wåhlberg OK Linné	

**VÄLKOMNA till en lite annorlunda
orienteringstävling önskar OK Rodhen**

Våra sponsorer:**Alunda gjuteri****Roslagskartor****Roslagsbröd**