



# DM Sprint + sprintstafett

## 11 juni 2017

### PM (ver 3)

**Arboga OK hälsar välkomna till DM sprint och DM sprintstafett**  
För löpare från Örebro Län – tävlingen ingår i ÖLOF's Parkserie 2017.

#### **Sprint sammanslagning**

H85 V slås ihop med H80 V - blir nu H80 V  
D65 Ö slås ihop med D60 Ö – blir nu D60 Ö

#### **Start Sprint**

Första start kl 10.00. Öppna klasser fri start från 9.45- 11.00.  
Till start ca 800 m väg - orange/vit snitsel.

**OBS! Klasserna D12 V, H12 V, D12 Ö och H12 Ö är omlottade.**  
D12 V start 11.11; H12 V start 10.36; D12 Ö start 10.57; H12 Ö start 10.18

Klasserna H10/D10, H12/D12 och H14/D14 får kartan en minut före start.  
Övriga får kartan i startögonblicket.

#### **Nummerlappar**

Klubbkuvert hämtas i Markan. Tag med egna säkerhetsnålar.

---

#### **Sprintstafett sammanslagning**

H20 Ö och H18Ö – den sammanslagna klassens namn är H20 Ö  
D20 Ö och D18 Ö – den sammanslagna klassens namn är D20 Ö  
D50 Ö slås ihop med D21 Ö – blir nu D21 Ö

#### **Lagändring**

Anmäls till Sekretariatet senast kl 12.30.

#### **Start Stafett**

Gruppvis start ca  
kl 13.30 H50/D50 Ö + V  
kl 13.40 H12/D12 Ö + V + öppen klass  
kl 13.50 H16/D16 Ö + V  
kl 14.00 H21/D21 Ö + V  
Start i anslutning till TC, på norrsidan. Alla får kartan i startögonblicket.  
Gafflade banor för alla lag utom H12/D12 och öppen klass.  
Tre (3) minuter före starttid släpps tävlande in i startfällan.  
Kontrollerna sitter mycket tätt i tävlingsområdet, så var noga med att kontrollera kodsiffran.

#### **Nummerlappar**

Klubbkuvert hämtas i Markan. Tag med egna säkerhetsnålar.  
**Sträcka 1 och 3 använder nummerlapp med grön text. Sträcka 2 och 4 använder nummerlapp med svart text.**

#### **Växling**

Samtliga klasser har gemensam sista kontroll. Upploppet har 2 fållor.  
**VÄNSTER fålla:** Stafettlöpare som kommer in för växling.  
**HÖGER fålla:** Stafettlöpare som kommer in i mål.  
**Inkommande löpare målstämplar, lämnar kartan, springer till kartplanket, tar RÄTT karta (med startnummer och sträcka) och lämnar över till kamraten.**  
**Sedan så snabbt som möjligt utstämpling och tömning + checka av brickan för att vara klar att springa nästa sträcka.**  
Lag som tar annat lags karta diskvalificeras. Lag som drabbas får ny karta vid växelpankets slut men får ingen tidskompensation.

#### **Målgång**

Passage av mållinjen avgör placering. Måldomare finns. Cirka 3 m bakom mållinjen stämplar den tävlande i målenheten i den ordning måldomaren anvisar.

## Gemensam information

<b>Samling</b>	Stureskolan Arboga, Vallgatan 19. Tag avfart 120 från motorvägen mot Centrum via Sättraleden. Södra infarten mot centrum, via Herrgårdsgatan, är avstängd. Åk nästa avfart.
<b>Parkering</b>	Parkering på anvisad plats. Avstånd parkering-arena 0-200 m. Avgift 20:-
<b>Direktanmälan</b>	Sprint: Anmälan på TC från 09.00 till 10.00. Anmälan i tävlingsklass mot 100% förhöjd avgift. Normal avgift för öppna klasser. Start Öppna klasser individuell sprint mellan 9.45 – 11.00 Stafett: Anmälan på TC till 12.30, endast öppen (max 20 lag), ej till tävlingsklass.
<b>Avgifter</b>	Sprint: Upp till H16/D16 75:-, Övriga 130:- Stafett: Upp till H16/D16 75:-/lagmedlem, Övriga 130:-/lagmedlem Avgifterna faktureras
<b>Stämpling</b>	Sportident, alla brickor kommer att fungera. Hyra av Sportident pinne 30 kr. Borttappad pinne debiteras med 525 kr.
<b>Kartor</b>	Nyritad sprintkarta nov 2015, reviderad våren 2017 Skala 1:4 000 Tänk på att vissa karttecken innebär förbjuden passage på sprintorientering. Risk finns att löpare blir diskvalificerade om de passeras.
<b>Lokala tecken</b>	X (svart kryss) används, i flera fall lekställningar, men även andra av människan ”skapade” föremål. Tomtmark är förbjudet att beträda. Respektera de boende och deras rabatter! Vissa planteringar är utmärkta med förbjudet område.
<b>Definitioner</b>	Sprint: Både lösa och tryckta på kartan. Stafett: Endast på kartan.
<b>Terräng</b>	Sprint i centrala Arboga, stadsmiljö, mycket lätt kupering. Vissa passager är trånga, håll till höger även om det innebär ytterkurva och visa hänsyn.
<b>Biltrafik i området</b>	Biltrafik förekommer i området, iakttag försiktighet! <b>Passage av vägen söder om arenan (Centrumleden) får endast ske genom tunneln för löpare.</b> Centrumleden är markerad med raster på kartan.  Vanliga trafikregler gäller för alla. Kontrollanter finns i området, men varje enskild löpare ansvarar för att passage sker på ett säkert sätt.
<b>Maxtid</b>	Sprint 1 timme, stafett 2 timmar
<b>Klädsel</b>	Fri klädsel. Skor löparskor och gummidobb får användas, ej hårdmetallobb.
<b>Dusch, Toalett</b>	Omklädningsrummen i Sturehallen, avstånd max 100 m. Endast toaletter vid TC.
<b>Sportförsäljning</b>	Letro Sport <a href="http://www.letro.se">www.letro.se</a>

<b>Servering</b>	Marka med hamburgare, mackor, kakor och dryck. Ingen sjukvård. Hjärtstartare och första förband finns i markan.
<b>Barnpassning</b>	Nej
<b>Miniknat</b>	Nej
<b>Priser</b>	VOF - DM plaketter till 1:an, 2:an och 3:an i klasserna H10/D10 till H16/D16, övriga klasser DM plakett till segraren. ÖLOF – DM plaketter till de tre bästa löparna i ungdomsklasserna (HD10 tom HD16), samt de tre bästa löparna i junior och seniorklasserna (HD20 och HD21), i övriga klasser ges SOFT´s DM plakett till segraren.
<b>Tävlingsjury</b>	Torbjörn Zetterljung AOK, Björn Alpberg Almby IK
<b>Tävlingsledare</b>	Maria Möller, <a href="mailto:kassor@arbogaok.se">kassor@arbogaok.se</a> Telefon 0703-54 67 21
<b>Bitr Tävlingsledare</b>	Torbjörn Zetterljung
<b>Banläggare</b>	Rasmus Möller
<b>Bankontrollant</b>	Michael Wickström

**Välkomna**  
**[www.arbogaok.se](http://www.arbogaok.se)**