



PM för DM Långdistans för Stockholm och Uppland Söndagen den 3 september 2017

Tävlingen ingår i Stockholms Ungdomspris (UP) respektive Uppland League

Samling

Arena vid Skråmstalund, ca 5 km norr om motorvägsavfarten från E18 vid trafikplats Bro. Vägvisning från väg 269. GPS-koordinater parkering: 59°34.390'N 17°37.325'E (59.577503, 17.625669).

Parkering

P-Arena 100–400 m. Avgift 30:-/bil. Det går bra att betala kontant eller via Swish, 123 228 80 82 (Järfälla OK).

Allmänna färdmedel

Buss 557 från Kungsängen stn till Aske gård, därefter 2,6 km promenad till Arenan.

Stämplingssystem

Sportident. Om bricknummer ej har angetts vid anmälan debiteras hyrbricka med 30:-/bricka. Hyrbricka hämtas i sekretariatet. Förlorad hyrbricka debiteras med 400 kr.

Banlängder

Banlängder och svårighetsgrader enligt SOFT:s tävlingsregler. Se tabell på Eventor-sidan.

Strukna klasser

Struken klass på grund av för få anmälda är D85 S, löparen flyttas till D80 S.

Motionsorientering

Klasser Inskolning, U1-U4 och ÖM1-ÖM9. Anmälan på Arenan 09:30-11:30. Fri start 10:00-12:00.

Avgift: ungdomar -16 år 75 kr, övriga 120 kr. Sportidentbrickor finns att hyra på plats. Brickhyra 30 kr.

Förlorad hyrbricka debiteras med 400 kr. Anmälningsavgiften faktureras klubbvis i efterhand. Klubblösa betalar på plats, det går bra att betala kontant eller med Swish.

Foreign runners

Runners from clubs outside Sweden must pay the starting fee in the secretary before their start. You can pay with cash or with Swish.



Karta

Kartan ritad 2002 av Ia Lillstrand, reviderad 2005 och 2017 av Ulf Radler. Skala 1:15 000 för DH16-DH21. Skala 1:7 500 för DH60 och äldre. Skala 1:10 000 för övriga. Ekvidistans 2,5 m. Offsettryckt karta för 1:15 000, övriga skalor certifierad utskrift hos BL-Idrottsservice.

Lokala karttecken

Svart kryss = Jakttorn/koja

Grön ring = Särpräglad träd

Terräng

Stigfattig skogsmark med stor sankmark mitt i tävlingsområdet och bitvis detaljrikt. Närmast arenan finns ett antal hyggen och ängar. I södra delen av tävlingsområdet bedöms framkomligheten som god medan i norra delen som mycket god vilket kommer göra att farten blir hög. Gallring har skett i vissa områden med kvarliggande ris.

Kartkomplettering som berör orange-svarta banor finns uppsatt på väg till start.

Vissa otydliga stigar är vitsnitslade i skogen och ritade med violett på kartan. Berör i huvudsak de yngsta klasserna.

Förbjudna områden

Förbjudna områden är hyggen med gran- och tallplantor. Heldragen blågul snitsel är uppsatt och markerat på kartan vid behov. Naturligtvis ska vi respektera dessa områden även om det inte finns uppsatt snitsel.

Kontroller

Utmärkta med skärm, SI-enhet med kodsiffra samt reservstiftklämma (används endast om SI-enheten slutat fungera).

Kartbyte

H21 har kartbyte på banan vid en bemannad kontroll. Glöm inte att stämpla!

Vätska

Vätskekontroller för de längre banorna finns markerade på kartan. H21 har dessutom vätska vid varvning och en kontroll på andra varvet.

Start

Alla klasser har samma startplats. Avstånd till start 400 m, orange/vit snitsel. OBS! Ingen toalett vid starten. Första start 10:00. Klasser för Uppland startar före klasser för Stockholm. Inskolning, U1-U4 och Öppna Motionsklasser har fri starttid mellan 10:00 och 12:00. Övriga klasser lottad start. Efteranmälda lottas in i ordinarie startlista.



Skuggning

Skuggning är tillåten i Inskolning, U1-U4 samt ÖM-klasserna. För skuggor i Inskolning, U1, U2 och ÖM1 finns extra kartor vid starten (svart/vita).

Överdrag

Transporteras tillbaka till målet.

Priser

DM-plaketter delas ut enligt StOF:s respektive UOF:s regler i alla huvudklasser. Priser i övrigt enligt StOFs rekommendationer. Prisutdelning sker vartefter klasserna är klara. Antal pris per klass anslås på arenan.

Kontrollbeskrivningar

Kontrollbeskrivningar finns tryckta på kartan och även lösa vid starten.

Nummerlappar

Klasserna HD21, HD18 och HD14 ska bära nummerlapp. Självservering vid start, säkerhetsnålar finns.

Maxtid

Maxtid 2,5 timmar

Service

Miniknat: Hjälp Nalle Puh att hitta sin honung! Start mellan 9.30-12.30. Kostnad 20 kr, kontant eller Swish.

Barnpassning: Öppet från 9.30. Kostnad 20 kr, kontant eller Swish.

Servering: Korv, hamburgare, matiga mackor, hembakat fikabröd, kaffe, drycker och godis m m

Sportförsäljning: Orienteringsspecialisten

Första hjälpen: Kunnig personal finns för enklare omplåstring. Hjärtstartare finns.

Toalett: Finns vid arenan. OBS! Ingen toalett vid starten.

Dusch: Tempererad dusch i anslutning till arenan

Swish

Vi uppmuntrar betalning med Swish. Använd gärna QR-kod funktionen i Swish-appen. Fungerar vid parkering, barnpassning, miniknat, öppna banor och servering. Swishnummer: 123 228 80 82 (Järfälla OK)

Tävlingsdräkt

Heltäckande tävlingsdress ska bäras av deltagarna enligt SOFT:s regler.

Tävlingsregler

SOFT:s tävlingsregler gäller. Tävlände som avbryter lopp måste passera mål för avläsning av pinne.



Tävlingsjury

Tävlingsjuryn är utsedd av StOF och består av:

Monica Roos, Attunda OK
Per-Ove Melinder, Tullinge SK
Sören Eriksson, Länna IF

Viltrapport

Rapporteras till sekretariatet direkt efter målgång.

Livelox

Tävlingen finns i Livelox från kl 15.

Liveresultat

Liveresultat finns på <http://liveresultat.orientering.se>

Information

Aktuell information: Startlistor, PM, resultatlistor etc. hittas på Eventor (<http://eventor.orientering.se>).

Övrigt

Anmälan till denna tävling medför publicering av namn i start- och resultatlista på internet

Huvudfunktionärer

Tävlingsledare

Andreas Grunder, Järfälla OK, 070-756 28 08, andreas.grunder@lundbergs.se

Banläggare

Ulf Radler, Järfälla OK

Tävlingskontrollant

Pelle Bengtsson, IFK Enskede

Bankontrollant

Fredrik Hedin, IFK Enskede

Välkomna önskar Järfälla OK!

