



Haninge SOK  
inbjuder till



## Sprintstafetten 2017

**lördagen den 28 oktober**

**Välkomna till Haninge sprintstafett  
Äntligen**

**en stafett där hela familjen kan springa tillsammans, eller kompisgänget.  
En rolig och intensiv stafett där hela laget springer samtidigt**

### Klassindelning och banlängder

Vi erbjuder en sprintstafett med tre sträckor.

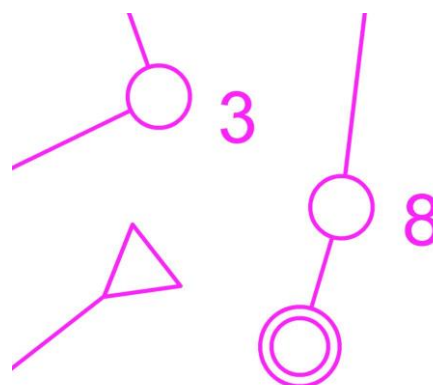
|           |          |
|-----------|----------|
| Sträcka 1 | vit bana |
| Sträcka 2 | röd bana |
| Sträcka 3 | röd bana |

Alla lag tävlar i samma klass. Lagsammansättningen är fri. I laget kan löpare med olika klubbtilhörighet ingå.

### Tävlingsform

Sprintstafetten är en stafett med tre sträckor. Inga gafflingar förekommer. Tävlingen börjar med gemensam start för alla som springer sträcka 1. När löparna på första sträckan kommer till varvnings- och publikkontrollen växlar de ut sträcka två. Sträcka 1 fortsätter sin bana till mål. Sträcka 2 springer sin bana fram till varvnings- och publikkontrollen där de växlar ut till sträcka 3. Sträcka 2 fortsätter sin banan till mål och sträcka 3 springer hela sin bana.

Det lag som först har alla tre löpare i mål vinner.



Växling vid varvnings- och publikkontrollen, kontroll 3 i exemplet ovan.

### Öppna banor

Vi erbjuder tre öppna banor.

|                |          |
|----------------|----------|
| Ca 1 500 meter | vit bana |
| Ca 2 500 meter | röd bana |
| Ca 3 600 meter | röd bana |

Start mellan 13.00 och 14.00.



**Välkomna önskar Haninge Skid & Orienteringsklubb**



Haninge SOK  
inbjuder till



## Sprintstafetten 2017

### Anmälan

I Eventor Senast Fredagen den 27:a oktober kl. 23.59. Efteranmälan fram till 30 min innan tävlingsstart i mån av att det finns kartor

### Anmälningsavgift

Anmälningsavgiften är 270 kronor per lag.

För öppna banor kostar det 55 kr för ungdom och 90 kr för vuxen. Anmälan sker direkt på plats mellan 12.30–13.30.

Avgifter faktureras i efterhand.

### Efteranmälan

Efteranmälan på plats fram till 30 min innan tävlingsstart i mån av att det finns kartor

### Samling

Haninge SOKs klubbstugan vid Rudans friluftsområde i Handen. Gångavstånd ca 400 meter från Handens pendeltågstation, södra uppgången. Det tar 5 minuter att gå.

### Parkering

Parkering vid Haninge SOKs klubbstuga. Åk gärna kollektivt.

### Start

Gemensam start för stafetten klockan 13.00. Starten är vid klubbstugan.

För öppna banor är första start efter första sträckan på stafetten har startat, ca 13.00 till -14.00.

### Karta

Karta är ritad enligt sprintnorm 2010 och delvis reviderad 2016. Skala 1:5 000, ekvidians 2 meter.

### Terrängbeskrivning

Till största delen skogsterräng med svag till måttlig kupering. En hel del stigar och mindre vägar förekommer liksom ett område med öppen mark. En mindre del av banorna går fram i bebyggelse. Mestadels god framkomlighet.

### Stämplingssystem

SportIdent. Avgift för hyrbricka är 30 kronor. Borttappad bricka debiteras klubben med 350 kronor.

### Service vid arenan

Dusch inomhus med begränsad platstillgång. Servering med hembakt.

### Tävlingsledare och banläggare

Tävlingsledare Gunnar Skärlén, [sprintstafetten@haningesok.se](mailto:sprintstafetten@haningesok.se)

Banläggare Joakim Skärlén.

**Välkomna önskar Haninge Skid & Orienteringsklubb**