



PM

Öppna Motionsbanor

Lördagen den 7 april 2018



Generellt: Välkomna till Öppna Motionsbanor i samband med Väst kuststafetten! Vi vill gärna bjuda på ett enkelt och urbant koncept för tävling där intensiv orientering och utmanande terräng sätts i fokus.

Arena: Vid Berghalla Sporthall, [Bergsjödalen 59, 415 23 Göteborg](#)

Kollektivt: Vi rekommenderar att åka kollektivt! Spårvagn 7 och 11 till [Rymdtorget](#) eller buss 57, 58 eller 74 till [Bergsjödalen](#). Restid ca 25 min från Centralstationen som snabbast.

Parkering: Orienteringsskärmar visar väg från rondellen vid Bergsjön Centrum och vid infarten till Berghalla sporthall 200m norrut. Parkering på eget initiativ och ansvar på gator och ytor o industriområdet eller vid Bergsjön Centrum. Cykelparkering på arenan.

Anmälan: Föranmälan möjlig via Eventor och uppskattas! Anmälan på plats öppnar senast 10:30 på arenan. Anmälan stänger 12:00. Kostnad: 130kr för vuxen. 75kr för ungdom. (16 år och yngre) Sportident-brickor finns för uthyrning.

Klassöversikt:

- ÖM1 - 1,4km - Grön svårighetsnivå
- ÖM3 - 1,9km - Vit
- ÖM5 - 3,1km - Orange
- ÖM7 - 3,6km - Blå
- ÖM8 - 4,6km – Svart
- ÖM9 - 5,7km – Svart

Start/Mål: Start från arenan vid ÖM-tältet. 30m till startpunkten. Målgång i fällan längst till vänster och utläsning vid ÖM-tältet. Start kan ske mellan 10:45-12:00.

Service: Enklare servering erbjuds. Kaffe/dricka, hembakt, mackor, våfflor. Bergsjön Centrum har restaurang, konditori och mataffär. Omklädning, Dusch och Toalett inomhus erbjuds, begränsat antal. Sportförsäljning finns. Barnpassning och miniknat erbjuds ej.

Karta: Västra delen av 10-milakartan från 2017. **Skala 1:7500 för alla!**

Förbjudna områden: Sjöar och "opasserbara mossar" med svart kantlinje runt är alla förbjudna att passera. Kartan gäller.

Kartprov: ÖM1 har en snitslad stig som synes på kartprovet nedan. Markerad med vit snitsel i terrängen.

