



Preliminärt PM

Lämmeltåget
Söndagen den 27:e maj
Ingår i Polder OL Cup



Samling

Parkring bollplanen Handskerydsskolan. Infart via Hagtornsgatan. För att komma dit kör man Sörängsvägen följt av Skogsvägen och Södra Koltorpsgatan. Skärmvisning kommer finnas från Sörängsvägen men man rekommenderas att kolla karta innan. Underlättar för oss orienterare.

Ingen annan parkering tillåten.

Från parkering till arena, ca 300 m. Följ orange/blå-snitsel (samma som till duschen vilken ligger precis vid parkeringen). Förbjudet att avvika från snitsel då den går genom tävlingsområdet.

Karta

Handskeryd. Nyritad 2018. Kartritare Magnus Svensson. Skala 1:4 000. Ekvidistans 2 m.
Ritad i sprintnorm. Lasertryck.



Rund avfallsenhet (används ej som kontrollpunkt)



Träd mindre eller buske



På kontrolldefinitionen är båda tecknen markerade som träd.

Tävlingsområde

Bostadsområde med parkinslag. Svag kupering. Mycket god framkomlighet.

Tänk på att det kan köra bilar på vägarna.

Förbjudet område

All tomtmark är förbjudet område. Visa hänsyn till boende i området.

Se även separat information om sprintregler.

Lagkuvert

Hämtas på arenan.

Lagändring inlämnas **senast** 10.00 till sekretariatet.

Vi rekommenderar att ni så långt som möjligt använder era egna pinnar.

Start

Klass A 10.30

Klass B 10.45

Klass C 11.00

Varvning

Ett antal banor passerar inne på arenan. Speakern kommer tala om när det är dags.

Det är helt ok att heja på löparna, men tänk på att man inte får hjälpa till. Det är också förbjudet att stå så nära kontrollen att den inte syns. Respektera de avspärningar som finns.

Växling	En fälla för växel, en fälla för målgång. Kolla gärna innan så att du vet vilken fälla du skall springa i. Fram till klockan 10.15 är det fritt fram att gå i fällorna. Självklart kollar ni inte på kartorna, men det är ok att kolla var din karta hänger. Extra kartor för löpare på sträcka 2 i Klass C finns i separat låda på väg till startpunkten. En karta finns uppsatt för samtliga lag. Även skuggkartor för klass C finns på väg till startpunkten. För dig som skuggar, du kan använda samma karta på alla tre sträckorna alternativt lämna över till nästa person som skuggar.																								
Målgång	Var noga så att du springer i rätt fälla. Vid spurtstrid för de första lagen avgör måldomare ordningen.																								
Nummerlappar	Skall bäras av samtliga löpare fäst på bröstet. Säkerhetsnålar tillhandahålls av löparen självt.																								
Klädsel	Valfri klädsel.																								
Stämpling	SportIdent. Nollning vid inpassering till start-/växlingsområde. Förlorad hyrbricka debiteras med 250 kr.																								
Kontroller	Kontrollerna sitter mycket tätt. Och det är många kontroller på varje bana så håll koll så att du hittar alla kontroller. Var noga med att kontrollera kodsiffrorna. Tänk också på att inte stämpla för fort. Invänta ljud- och ljusbekräftelse.																								
Banlängder	Klass A – Start 10.30 I laget får ingå max två H15/16-löpare. Båda könen skall vara representerade med minst två deltagare. Minst en deltagare ska vara D/H-12. Spridningsmetod tillämpas. <table><tr><td>1</td><td>2,3 km</td><td>Gul</td></tr><tr><td>2</td><td>1.9 km</td><td>Vit</td></tr><tr><td>3</td><td>1,3 km</td><td>Grön</td></tr><tr><td>4</td><td>2,6 km</td><td>Orange</td></tr><tr><td>5</td><td>2,3 km</td><td>Gul</td></tr></table> Klass B – Start 10.45 Fri lagsammansättning. Maxålder 16 år. <table><tr><td>1</td><td>1,9km</td><td>Vit</td></tr><tr><td>2</td><td>1,3 km</td><td>Grön</td></tr><tr><td>3</td><td>2,3 km</td><td>Gul</td></tr></table>	1	2,3 km	Gul	2	1.9 km	Vit	3	1,3 km	Grön	4	2,6 km	Orange	5	2,3 km	Gul	1	1,9km	Vit	2	1,3 km	Grön	3	2,3 km	Gul
1	2,3 km	Gul																							
2	1.9 km	Vit																							
3	1,3 km	Grön																							
4	2,6 km	Orange																							
5	2,3 km	Gul																							
1	1,9km	Vit																							
2	1,3 km	Grön																							
3	2,3 km	Gul																							

Klass C – Start 11.00

För deltagare till och med 12 år. Upp till tre deltagare tillåts på sträcka 2. Ledare får medfölja som skugga på samtliga sträckor.

1	1,3 km	Grön
2	1,3 km	Grön
3	1,3 km	Grön

Prisutdelning Vandringspris till den klubb som samlat flest poäng från 2018 - 2022.
De tre främsta lagen i respektive klass.

Toaletter/Dusch Toaletter i anslutning till arenan. Nära skogsdungen.

Dusch inomhus i Handskerydshallen. Avstånd ca 400 meter. Snitslat med orange/blå snitsel. Går genom tävlingsområdet. Heja på löparna, men hjälp eller stör inte.

OBS! Vi får inte tillåtelse från Nässjö Kommun att ställa upp dörrarna till duscharna. Koden för att komma in är 1872.

Efter 13.00 är koden inte längre giltig och vi hänvisar då till Lövhults Motionsgård.

Servering Enklare servering med bland annat korv och glass.

Tävlingsregler SOFT:s

Tävlingsledning

Tävlingsledare	Måns Lennermo, 076 - 117 38 60
Banläggare	Magnus Svensson, 070 - 642 61 91
Bankontrollant	Stefan N-Djurstedt, Eksjö 073 - 075 03 00
Tävlingskontrollant	Sven-Åke Karlsson, IKHP 070 - 246 22 30