



OK MILAN NORA



DM Sprint Örebro Län Individuellt - Prel PM - Söndag 10 juni 2018

Preliminärt PM. Sena tillägg och ändringar kan förekomma. Det är den tävlandes ansvar att ta del av slutgiltigt PM som anslås på arenan tävlingsdagen.

Denna tävling ingår i Löpex och Närkes skogskarlaras ungdomsserie 2018.

- Samling:** Idrotthuset vid Karlsängskolan i Nora. Vägvisning från rondellen vid södra infarten i Nora.
- Parkering:** På anvisade platser. Gångavstånd P - TC max 200 m. Ingen avgift.
- DM-deltagande:** Endast löpare tävlande för förening som tillhör Örebro läns OF deltar i DM. Deltagare från övriga föreningar räknas in i tävlingen men kan inte erövra DM-medaljer.
- Vakansplats:** I ungdomsklasserna finns vakansplatser inlottade i startlistan. Anmälan i sekretariatet.
- Direktanmälan:** Anmälan till Öppna motionsklasser kan ske på tävlingsdagen kl. 9.15-10.30 i sekretariatet. Fri starttid kl. 09.45–10.45.
- Klubbkuvert:** Klubbkuvert innehållande nummerlappar, hyrpinnar och startlista utdelas vid sekretariatet.
- Nummerlappar:** Samtliga löpare i DM-klasser ska bära nummerlapp med svart siffra. Utdelas i klubbkuvert som hämtas vid sekretariatet.
- Kontrollbeskrivning:** Endast lösa kontrollbeskrivningar för samtliga klasser.
- Stämpling:** SPORTident. Töm och check sker i anslutning till starten. Om briccknummer ej angivits förutsätts hyra av bricka med 30:-. Förlust av bricka debiteras med 400:-.
- Kontroller:** Kontroller markerade med orange/vit skärm och SPORTidentenhet. Kodsiffra endast markerad på enheten.
- Karta:** Skala 1:4000. Ekvidistans 2 m. Laserutskrift - ej certifierad. Ritad av Stefan Öberg, Lars Östlin och Therese Korkeakoski 2017-2018. Ritad efter sprintnorm ISSOM2010. **OBS! De karttecken som anger att ett objekt inte går att passera innebär automatiskt förbjuden passage. Se separat dokument om särskilda regler för sprint, länkat i Eventor och anslaget på arenan.**
- Lokalt tecken:** Uteservering är markerad med violett. Större lekanordning är markerad med svart X.
- Terrängbeskrivning:** Tävlingen genomförs i centrala Nora bestående av blandad äldre och nyare bebyggelse med större och mindre gårdar. Underlaget består mestadels av asfalt med inslag av kullerstengator. Gräs- och grusytor förekommer i mindre omfattning. Måttlig kupering. Stadsnära skog förekommer på de längre banorna.
- Förbjudna områden:** Karttecken som anger att ett objekt inte går att passera innebär automatiskt förbjuden passage. Vakter finns för att kontrollera brott mot reglerna. **Se separat dokument om särskilda regler för sprint anslaget på arenan.** En mindre gård är markerad som förbjudet område på tävlingskartan.
- Hinder:** En central kullerstengata är sommartid gågata med utplacerade hinder. Dessa är inte markerade på kartan. Gågatan korsas av trafikerade gator.

- Trafik:** Se upp för trafik på gator och cykelvägar. Vakter finns utplacerade på strategiska platser som extra trafikerade vägövergångar. **OBS! Du som löpare har skyldighet att följa vanliga trafikregler och ta hänsyn till bilar och andra trafikanter.**
- Klädsel:** Fri klädsel, ej skor med metalledar.
- Start:** Avstånd till start för samtliga klasser 470 m. Orangevit snitsel. Första start 10.00. Öppna motionsklasser startstämplat med fri starttid kl. 09.45-10.45. DH10-14 får ta kartan en minut före start. Övriga klasser får ta kartan i startögonblicket.
- Uppvärmning:** Uppvärmning är tillåten på gång/cykelväg söderut efter bropasseringen på väg till start.
- Skuggning:** Skuggning får endast förekomma i öppna motionsklasser. Löpare i DM-klass får utföra skuggning efter att eget lopp genomförts.
- Strukna klasser:** D80 stryks helt. D35 flyttas till D21, D60 flyttas till D55 för att skapa DM-klass och D75 flyttas till D70.
- Maxtid:** 45 minuter.
- Dusch/Toa:** Omklädning, dusch och toalett i simhallen beläget i Idrottshuset bredvid arenan.
- Servering:** Enklare mark med mackor och dryck finns på arenan. I övrigt hänvisas till utbudet i Nora stad.
- Vätska:** Ingen vätska vid målgång.
- Första hjälpen:** Sjukvårdsmaterial för självhjälp samt hjärtstartare finns i markan.
- Priser:** DM-plaketter utdelas till de tre bästa distriktslöparna i klasserna HD10-HD21. I övriga DM-klasser till bästa distriktslöpare. För att klassen ska få DM-status krävs minst två startande från distriktet. Prisutdelning är beräknad till kl. 11.30. Speaker meddelar ev. ändringar.
- Tävlingsregler:** Svenska Orienteringsförbundets tävlingsregler samt slutgiltigt PM som anslås på arenan.
- Tävlingsjury:** Anslås på arenan.
- Huvudfunktionärer:** Karin Östlin, Tävlingsledare
Therese Korkeakoski, Banläggare
Björn Alpberg, Tävlingskontrollant
Martin Regborn, Bankontrollant



Välkomna!

