

PM för OK Ravinens Trekvällars

Måndag 2 Juli – Onsdag 4 Juli.

Samling: Arenan är belägen vid OK Ravinens klubbstuga mitt emot Hellasgården, skärm längs väg 260 mellan Nacka och Älta.

Kollektiva färdmedel: Förslagsvis buss 401 från Slussen (mot Älta), tar ca 15min. Hållplats Hellasgården.

Parkering: Allmän parkering vid Hellasgårdens friluftsgård. Parkeringsavgift via Pautomat (kan bli kö). Ca 200m promenad till arenan.

Direktanmälan / Öppen Motion: Inskolning, Öppen Motion 1 - 10 alla dagar. Anmälan sker 17.00-19.00 och start ska ske mellan 17.30-19.30. Startstämpling används. Det finns ett begränsat antal kartor, var i god tid eller var flexibel. Avgift: Öppen Motion vuxna 115:-/dag och ungdomar 70:-/dag. Fakturera din klubb eller betala på plats kontant eller med Swish.

ÖM10 något längre men orienteringstekniskt enklare klass med banlängder på ca 8km och är i *gul* svårighetsgrad.

Hyrbrickor: De som inte angivit bricknummer i anmälan har tilldelats hyrbrickor som avhämtas i sekretariatet innan start dag 1. Återlämnas efter målgång dag 3. Om ni saknar bricknummer i listan men har anmält det, kontakta sekretariatet innan start. Avgift för hyrbricka är 30 kronor per dag. Ej återlämnad bricka debiteras med 600 kronor.

Start: 17:30 – 19:30 alla dagar. Orange/vit snitsel för samtliga klasser. Fri start i alla klasser – endast en löpare per minut/klass. Avstånd till start: etapp 1: 1000m. Dag 2: 1400 m. Dag 3: 1700 m.

OBS! Inga toaletter vid start! Fri start i alla klasser. Startstämpling för alla.

Startprocedur: Välj den kö där din klass finns angiven. En person per minut kliver fram. Det finns tre steg (tre minuter) i startfållan. Steg 1 – pricka av dig. Steg 2 – vänta. Steg 3 – ungdomarna får kartan en minut före start. Vuxna tar kartan i startögonblicket. Glöm inte att startstämpla. Efter målgång stämplar du ut vid avläsningen på arenan – även om du inte fullföljt banan!

Karta: Utsnitt ur Nackareservatet-Erstavik, nyritad 2017-2018 av Fredrik Ahnlén. Skala 1:7 500 för HD60 och äldre och i ÖM7. Skala 1:10 000 för övriga. Ekvidistans 5m. Kodsiffror tryckta på kartan bredvid kontrollnumren. Inga lösa kontrollbeskrivningar.

Märk att Nackareservatet med omgivningar är ett väldigt välbesökt friluftsområde. Detta innebär att det finns många småstigar och stråk i terrängen. Dessa stråk eller stigar finns normalt inte med på kartan.

Stämplingssystem: Sportident. Kontrollera att du har rätt bricknummer i startlistan. Anmäl ändrad bricka innan start första dagen och använd denna SI-bricka varje dag. Tömning av brickor sker på väg till start. Vid ändring av bricka under dag 2 och 3 kommer en administrativ avgift på 25 kronor att tas ut. OBS! Det är inte tillåtet att springa direktanmälan med en bricka som är anmäld i tävlingen, eller att byta brickor med varandra.

Målgång: Utstämpling är belägen vid OK Ravinens klubbstuga alla dagar. Etapp 3 följer fållan som en vanlig tävling, etapp 1 och 2 har utbrutet mål, målstämplingen sker ca 1400m respektive 1500m från arenan, följ snitslad väg tillbaka till arenan och gå in i fållan för utstämpling. Målet stänger 21:00 varje kväll, anpassa er starttid!

Servering: Servering med både drycker, godsaker och mer matiga alternativ erbjuds. Du kan betala kontant eller med Swish.

Ombyte/dusch: OBS! Dusch finns utomhus i anslutning till Ravinens klubbstuga för herrar, inomhus för damer.

Toaletter: Finns endast i vagn vid arenan.

Förbjudna områden: Absolut förbjudet att beträda golfbanan etapp 2 och annat på kartan markerat som tomtmark eller förbjudet område.

Överdrag: Vi har ingen organiserad transport av överdrag från start. Kvarlämnat tas med till målet i samband med att sista start är genomförd.

Banläggare: Ruslan Glebov, Albin Andersson, Hannes Svahn, Axel Granqvist och Moa Westblad

Bankkontrollant: Assar Hellström

Tävlingsledare: Viktor Wohlgemuth +46733995074

