



NAIS Orientering
Orientering — MTB Orientering — Skidorientering

Hela familjen
Hela livet



NAIS inbjuder till

DM Stafett Östergötland och Södermanland

Söndagen den 26 augusti

Vi välkomnar även löpare från andra distrikt än Östergötland och Södermanland att delta i öppna klasser och tävlingsklasser, dock utan att tävla om DM-titel.

Plats Ekenbergs Ridsportcenter, 5 km söder om Norrköping. Från E 4, trafikplats Norrköpings södra (avfart 119). Följ E 22 till avfart mot sjukhus och Gamla Övägen. Vägvisning från korsningen mot Ridsportcenter, ca 1,5 km efter sjukhusinfarten. N 58.545°, E 16.151°. SWEREF 99 TM: N 64900. E 5670.

DM-klasser och Banlängder

Klass	Längd	Svårighetsgrad	Klass	Längd
D21	7,1 – 7,1 – 7,1	Svart	H21	9,4 – 9,4 – 9,4
D20	4,6 – 4,6 – 4,6	Svart	H20	7,1 – 7,1 – 7,1
D16	4,6 – 3,7 – 4,6	Violett/Orange/Violett	H16	5,4 – 3,7 – 5,4
D14	3,7 – 2,3 – 3,7	Orange/Gul/Orange	H14	3,7 – 2,3 – 3,7
D12	2,3 – 1,9 – 2,3	Gul/Vit/Gul	H12	2,3 – 1,9 – 2,3
D120	4,6 – 4,1 – 4,6	Svart	H120	7,1 – 5,4 – 7,1
D150	4,0 – 3,6 – 4,0	Svart	H150	5,5 – 4,6 – 5,5
D180	3,6 – 2,6 – 3,6	Blå	H180	4,6 – 4,2 – 4,6
D210	3,6 – 2,6 – 3,6	Blå	H210	4,0 – 3,6 – 4,0
Inskolning	1,9 – 1,9 – 1,9	Vit	Ingår inte i DM-stafetten	

I D/H21 och D/H20 är alla sträckor gafflade. D/H12–D/H16 har rak mellansträcka, som får springas av 1–3 deltagare. I D/H120–D/H210 är minimiåldern 35 år. Mellansträckan rak. Alla sträckor är raka i Inskolning; mellansträckan får springas av 1–3 deltagare.

Övriga klasser Öppna individuella motionsklasser ÖM1, ÖM3, ÖM5, ÖM7 och ÖM9.

Karta Nyproducerad karta, 2018. Ekvidistans 5 m. Kartan trycks digitalt. Kartskala 1:10 000. För D/H60 och uppåt samt ÖM7 är kartskalan 1:7 500.

Terräng-beskrivning Tävlingsområdet präglas av kulturmark samt såväl öppen tallskog som skymmande granskog och enstaka partier av ungskog. Ett fåtal större föryngringsytor förekommer. Detaljrik terräng växlar med bitvis detaljfattig terräng. Kuperingen är svag till måttlig. Framkomligheten är mestadels god och partier av hållmark ökar löpbarheten i stora delar av området, som har inslag av skogsbilvägar och sammanhängande stigvägnät.

Stämpelsystem Sportident – SI

Anmälningssavgifter D/H12–D/H16 och Inskolningsklass: 75 kr/deltagare. D/H20–D/H210: 390 kr/lag. Öppna motionsklasser ungdomar 75 kr, vuxna 130 kr. Avgiften faktureras klubbarna i efterhand. Du som inte tillhör någon klubb betalar vid tävlingen. Hyra av SI-bricka 30 kr. SI-bricka som inte återlämnas debiteras med 400 kr.



NAIS Orientering
Orientering — MTB Orientering — Skidorientering

**Hela familjen
Hela livet**



Anmälan och efteranmälan	Anmälan i eventor.orientering.se senast söndagen den 19 augusti, kl. 23.59. Ange bricknummer. Saknar du bricka får du automatiskt en hyrbricka. Efteranmälan senast onsdagen den 22 augusti, kl. 23.59; tilläggsavgift av 50 %.
Laguppställning	Lämnas i Eventor vid anmälan. Lagändring kan göras i Eventor fram till fredagen den 24 augusti, kl. 19.00. Om bricknummer saknas efter detta klockslag tilldelas en hyrbricka som därefter är låst till laget och sträckan.
Direktanmälan	Anmälan till ÖM kan göras på tävlingsdagen, kl. 9.00–11.00. Du kan med fördel också föranmäla till dessa klasser.
Publicering på Internet	Med anmälan godkänner du att start- och resultatlistor samt sträcktider publiceras på Internet.
Bevakning	Vi följer D/H16.
PM, start- och resultatlista	Publiceras på hemsidan www.nais.se samt på eventor.orientering.se
Start	Första start kl. 10.00. Start och växling vid arenan. Fri starttid i ÖM kl. 9.30–11.30, vid arenan. Toalettavn finns intill växlingsområdet.
Skuggning	Det är tillåtet att skugga i Inskolningsklass, utvecklingsklasser samt öppna motionsklasser. Deltagare i mästerskapsklass får inte skugga före sitt eget lopp.
Parkering och övernattning	Avstånd P–arena: 100 m. Avgift 20 kr för personbil. 50 kr för husbil/husvagn/buss; kontakta gärna parkeringsansvarig i förväg. Det finns tillgång toaletter och dricksvatten vid övernattning till söndagen. Lättare lunch kan även erhållas, i första hand på lördag.
Dusch, toaletter	Omklädning och varmdusch utomhus, toaletter huvudsakligen i toalettavnar.
Barnaktiviteter	Fri barnpassning. Miniknat, avgift 20 kr; start kl. kl. 9.00–11.00.
Service	Sedvanlig marka. Sportförsäljning Löpex Sport AB. Förstahjälpen vid arenan.
Priser	DM-plaketter. Alla i Inskolningsklass får pris vid målgång.
Tävlingsledning	Lennart Forsell, tävlingsledare; Ralf Lindgren, biträdande tävlingsledare.
Tävlingssekret.	Åsa Granström, 070-177 25 71, asa.at.home@telia.com
Banläggare	Gustav Träff och Håkan Träff.
Tävlings- och bankontrollant	Lars Danielsson, Matteus SI.
Pressvärd	Johan Waernqvist, 08-561 511 188, waernqvist@hotmail.com
Parkering	Vesa Jussila, 070-346 54 90, vesa@naturdiorama.se
Upplysningar	Lennart Forsell, 070-224 28 99, lennartforsell@telia.com Ralf Lindgren, 070-819 13 71, ralf.lindgren@bredband.net

Välkommen!