

## **Etapp 1 – HSOK Sommarcup 2018 med Motionsorientering – 31 Juli**

### **PM**

#### **Efteranmälan:**

Efteranmälan möjlig för samtliga klasser.

Föranmälda löpare har prioritet i händelse av kartbrist

#### **Samlingsplats:**

TC placerat nere i Ramlösa Brunnspark, på gräsmattorna framför källan.

#### **Parkering:**

Rekommenderad parkering på Rosenschöldsgatan alternativt framför Ramlösa Brunn

#### **Karta:**

Ramlösa, reviderad 2018

Skala 1:4000 alt 1:5000 ekv. 2,5 m

#### **Stämplingssystem:**

SportIdent.

Det kan förekomma enstaka kontroller med bara skärm, ”Hand touch” gäller på dessa.

Fås inte ljud- och ljussignal från enheten, stämpla med stiftklämman i kartan och meddela detta till sekretariatet när du gått i mål.

#### **Kontroller:**

SportIdent-enheter och stativ och skärm. På enstaka kontroller kan förekomma enbart skärm, ”Hand Touch” ska tillämpas på dessa kontroller.

#### **Start:**

Kort/Mellan/Lång fri minutstart tidigast klockan 18.00. Följ instruktionerna från startpersonalen.

Nybörjar-/Ungdomsbanor fri starttid mellan 18.00 - 18.45.

Öppna motionsklasser fri starttid 18.00 - 18:45.

#### **Klädsel:**

Valfritt

#### **Banläggare:**

Hans Birgander

**Trafik:**

Vissa banor korsar trafikerade vägar. Iakttag gällande trafikregler och extra försiktighet.

Alla banor korsar eller går längs med gång/cykel-vägar, respektera icke tävlande.

**Övrigt:**

Ändringar kan ske, så håll utkik på hemsidan, <http://www.hsok.se>.

Allt deltagande sker på egen risk.

**Livelox:**

Karta och banor kommer att läggas upp på Livelox.

**Maxtid:**

Kontrollerna börjar plockas in 1 timme efter sista start.

**Kontakt:**

Frågor kan tas med Dennis Rudqvist på [dennis.rudqvist@gmail.com](mailto:dennis.rudqvist@gmail.com)

Hans Birgander på [hans@birgander.se](mailto:hans@birgander.se)

LYCKA TILL och ha en trevlig kväll önskar  
Helsingborgs SOK