



# PM

## Svartviksmedeln



Medeldistans med UP, Söndag 19 augusti 2018

### Samling:

Arena belägen på gärde intill Svartviksvägen vid Farstanäset i Huddinge. Gps-koordinater: 59°14'15.2"N 18°03'40.9"E . Vägvisning från Ågestavägen.

### Kollektivtrafik:

Buss 742 till hållplats Svartviksvägen, därifrån ca 1300 m promenad. Buss 165 till hållplats Farstanäsvägen, därifrån ca 1300 m promenad alternativt tunnelbana/buss till Farsta Centrum med ca 2500 m promenad.

### Parkering:

Avstånd parkering-arena max 1500 m. Avgift 30 kr/bil.

### Direktanmälan:

Anmälan till öppna motionsklasser, U-klasser och inskolning på arenan till en kostnad av 130 kr. 70 kr för ungdomar. Anmälan öppen mellan kl 9:30-11:30 Fri start mellan kl 10-12.

### Utländska löpare:

Löpare som inte tillhör en svensk klubb betalar anmälningsavgiften i sekretariatet innan start.

### Strukna klasser:

D35 och H35. En anmäld i respektive klass har blivit uppflyttade till D21 och H21.

### Starttid:

Första start kl 10.00. Fri starttid för U1-U4, Inskolning och öppna motionsklasser. Övriga klasser har lottad start.

### Karta:

Svartvik, 4 m ekvidistans. Skala 1:10000 för samtliga klasser utom HD60 och äldre samt ÖM5 och ÖM7 som har skala 1:7500.

### Terräng:

Måttligt kuperad Södertörnsterräng med detaljrika höjdparter. God framkomlighet med inslag av sankmarker av varierande storlek. Området i Högmoraskogen som berör klasser från start 1, karaktäriseras av flera och distinkta höjdparter samt delvis kraftig kupering.

### Vägpassage:

Alla klasser från start 1 har en väglöpningssträcka, se upp för viss lokaltrafik.

### Förbjudna områden:

All tomtmark är förbjudet område. Övriga förbjudna områden är markerade på kartan med rött raster och blågul snitsel i terrängen.

### Stigar:

Otydliga snitslar markeras med vit snitsel i terrängen. Det förekommer på kartan inlagda stigar som markeras med streckad violett linje och med röd/vit snitsel i terrängen. Området utnyttjas mycket och flera mindre och otydliga stigar är inte redovisade på kartan.

**Start:**

Start 1, avstånd 2100 m:

H21	H40	H55	D18
H20	H45	D21	D40
H18	H50	D20	ÖM8

Start 2, avstånd 700 m:

Övriga klasser.

Vägarna till start går mestadels på skogsstigar samt asfalterade vägar.

**Uppvärmningsbana:**

Snättringe SK fixar en liten uppvärmningsbana av sprintkaraktär på en sprintkarta i anslutning till start 1. Ta lite extra tid på dig till starten om du vill hinna med att testa den!

**Skuggning:**

Skuggning är tillåtet i klasserna Inskolning, U-klasser och ÖM1. För skuggor finns svart-vita kartor vid starten. Du som skuggar får inte, efter skuggning, starta i tävlingens ungdomsklasser eller i rankingmeriterande klass.

**Inskolning:**

Skyltar med glada och ledsna ansikten är uppsatta längs banan.

**Kontrollbeskrivningar:**

Finns både tryckta på kartan och lösa vid start.

**Överdrag:**

Överdrag transporteras mellan starterna och arenan.

**Nummerlappar:**

Nummerlappar för klasserna HD12-HD16. Självservering vid starten.

**Stämplingssystem:**

SportIdent används i samtliga klasser. Ange bricknummer vid anmälan. Möjlighet att hyra en bricka på plats finns till en kostnad av 30 kr, borttappad bricka debiteras 500 kr.

**Vätska:**

Ingen vätska i skogen, vätska finns vid målet och vid start 1.

**UP:**

Tävlingen ingår i Stockholms ungdomspriser (UP) för klasserna HD12-HD16 och HD12 kort-HD16 kort.

**Målgång, avläsning av SI-bricka:**

Samtliga deltagare måste passera sekretariatet på arenan och läsa av sin bricka efter målgång. Detta gäller även löpare som bryter tävlingen.

**Viltrapportering:**

Rapportera alla iakttagelser av vilt direkt efter målgång vid målet på arenan.

**Maxtid:**

2 timmar.

**Dusch:**

Omklädnings- och varmdusch utomhus i anslutning till arenan.

**Toaletter:**

Finns på arenan samt vid start 1.

**Miniknat:**

Start kl 10-12 . Kostnad 20 kr.

**Barnpassning:**

Barnpassning från 3 år, öppen kl 10-14 . Kostnad 20 kr per barn.

**Servering:**

Välsorterad marka med bland annat pastasallad, smörgåsar, hembakt, kaffe, espresso, te och läsk. Vegetariska alternativ finns. Då det råder eldningsförbud har vi beslutat att inte ha grill på tävlingen, alltså kommer ingen hamburgare eller korv att serveras.

**Sportförsäljning:**

Orienteringsspecialisten finns på arenan.

**Första hjälpen:**

Kunnig personal finns till hands för enklare omplåstring.

**Priser:**

Priser i alla ungdoms- och juniorklasser samt i HD21. Prisutdelning sker efterhand att klasserna blir klara. För löpare i Inskolning och U1 får alla pris vid målgång. Antal priser per klass fastslås på arenan.

**Hänsyn till boende i området:**

Då tävlingen går i nära anslutning till bostadsområden ber vi alla tävlande att visa respekt för de boende i området genom att alla följer arrangörernas anvisningar, främst gällande parkering och dusch/toalett.

**Swish:**

Det går bra att swisha till OK Södertörn på 123 568 49 31. Det kommer även finnas skyltar med QR-kod på parkering, direktanmälan, servering, miniknat och barnpassning.

**Frågor om din anmälan:**

fredrik.o.andersson@telia.com

**Tävlingsledning:**

Tävlingsledare: Ann-Sofie Svanberg (svanberg.annsofie@gmail.com)

Vice tävlingsledare: Hanna Lagerberg (hanna.lagerberg00@gmail.com)

**Banläggare:**

Hugo Lindbärg och Anders Jakobsson

**Bankkontroll:**

Anders Jakobsson

**Tävlingskontroll:**

Kjell Holmberg

*Varmt välkomna till en klurig medeldistans i härlig Södertörnsterräng önskar  
OK Södertörn!*