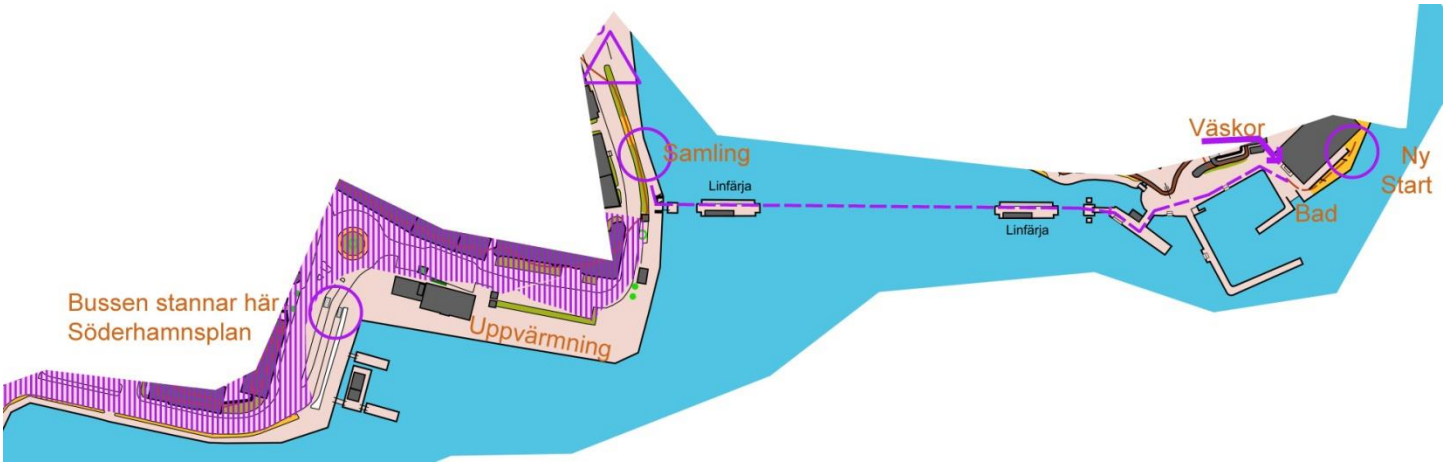
PM Sprint KM 23 aug

Välkomna till spännande stadssprint i Vaxholm för Vallentuna-Ösbeby OL, OK Österåker, Solna OK och Waxholms OK



Samling: Samling vid kajen mellan Vaxholm hotell och Kastellet. Det går bra att lämna sin ombytesväska vid samlingen. Ta sedan med denna över till Kastellet vid färjepassagen.

Kollektivtrafik: Buss 670 till Söderhamnsplan i Vaxholm, därifrån ca 100 m till samling.

Parkering: Ingen organiserad parkering. Det finns en del parkeringsplatser mot avgift vid hamnen i anslutning till samlingen. I övrigt finns parkeringar vid Lägret och vid Norrbergsskolan

Direktanmälan: I mån av kartor

Uppvärmning: Utmed kajerna söder och väster om samlingen, se kartutsnitt

Start: I anslutning till samlingen. Fri starttid kl 17.45 – 18.45. Vid starten fås del 1 av banan. Del 2 fås vid den första kontrollen på Kastellet, där tiden startas igen.

Karta: Skala 1:4000 i centrala Vaxholm och skala 1:2500 på Kastellet, ekvidistans 2,5.

Kartorna följer sprintnormen och även Kastellet är ritad för 1:4000, men blir lite svårläst i den skalan. Det finns lite udda karttecken på kastellet (Mest kanoner). Teckenförklaring finns att se före start.

Banor: 7 banor med lämplig längd och svårighet för resp klasser

HD10	HD16, D45, H55
HD12	D21, HD18, H20, H35, H45
HD75	H21
HD14, D55, H65, D65	

Om någon av klubbarna vill flytta klasser mellan banorna så kan vi nog fixa det mha överskott av kartor.

Kontrollbeskrivningar: Finns lösa och tryckta på kartan

Terräng: Tävlingen går i stadsmiljö i centrala Vaxholm och avslutas med ett spännande sprintvarv på Kastellet efter överfart med linfärjan.

Trafik : Det mesta av banorna i Vaxholm går på vägar som är bilfria eller har mycket lite trafik. Var ändå försiktiga och håll god uppsikt åt alla håll. På kastellet förekommer trånga (och mörka) passager, ta det lugnt där.

Färjepassage: Tiden på färjan räknas inte. Den sista kontrollen i Vaxholm innan linfärjan stoppar tiden och den första kontrollen på Kastellet startar tiden (Maxtid 25 minuter). Ta med din väska över vid färjepassagen och lämna vid Excercishuset. Ni behöver inte lösa biljetter på färjan, säg att ni är med på orienteringen.

Toalett: Det finns ingen toalett vid start, men det går ev att låna på restauranger i närheten om man frågar snällt.

Bad: Det finns möjlighet till bad vid gästhamnen/vid Exercishuset på Kastellet efter tävlingen.

Mat: Buffé för de som bokat på Restaurang Pansarbatteriet. Buffén står framdukad mellan kl.18,30-20,30. Restaurangen är öppen till kl.21,30 då det går att handla från baren för de som vill.

Buffén innehåller Lax, Vinmarinerad Rostbiff, Krämig potatis- och primörsallad, Vikentomatsallad med lök, örter & fetaost, Bistrosallad med vinegrette, Tzatziki, Focaccia, Smör, Hummus och till efterrätt Chokladkladdkaka med grädde & jordgubbar

Det finns alternativ för vegan/vegetarian, glutenfri och laktosfri. Vatten ingår, övriga drycker köper man själv i baren.

Hemfärd: Sista linfärjan går hem kl.21,45.

Frågor?

Tävlingen: Krister Gumaelius 070-6443604, krister.gumaelius@waxholmsok.se

Övrigt: Cia Fochsen 070-2554306, cia@waxholmsok.se