



Prel. Tävlings-PM

DM Medeldistans Östergötland

Lördagen den 25 augusti

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

Hitta hit

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.

Klasser och banlängder

Klass	Banlängd	Klass	Banlängd	Klass	Banlängd	Klass	Banlängd
D21	4,9	H21	5,3	D18	4,0	H18	4,3
D20	4,2	H20	4,9	D16	3,7	H16	3,8
D35	4,0	H35	4,9	D14	3,1	H14	3,1
D40	3,9	H40	4,5	D12	2,5	H12	2,5
D45	3,3	H45	4,2	D10	2,4	H10	2,4
D50	3,2	H50	4,0				
D55	3,1	H55	4,0				
D60	2,8	H60	3,9	INSK	2,2	ÖM1	2,4
D65	2,7	H65	3,2	U1	2,2	ÖM3	2,4
D70	2,6	H70	3,1	U2	2,4	ÖM5	3,1
D75	2,6	H75	2,9			ÖM7	3,1
D80	2,5	H80	2,6			ÖM8	4,9

Karta

Nyproducerad karta, 2018. Evidistans 5 m. Kartstandard ISOM 2017 tillämpas. Kartan trycks digitalt. Kartskala 1:10 000. För D/H60 och uppåt samt ÖM7 är kartskalan 1:7 500. Kartritare är Marcus Andersson och Thomas Petersson.

Terrängbeskrivning

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 stignätnät. Inom delar av tävlingsområdet finns nya drivningsvägar som inte är med på kartan.

Förbjudet område

Områden är markerade med rött raster på kartan; med blå-gul snitsel i terrängen.

Stängsel

Stängslen är nedlagda på marken vid målområdet. I övrigt får löparen passera mellan trådarna. Elstängslen är strömlösa. Taggtråd är i största möjliga utsträckning avlägsnad.

Stämpelsystem

Sportident – SI. Om enheten inte fungerar, stämpla med stiftklämman i reservrutan.

Kontrollbeskriv

Tryckt på kartan. Det finns även lösa kontrollbeskrivningar.

ning

Vakansplatser	Ett begränsat antal vakansplatser finns i ungdomsklasser för anmälan på tävlingsdagen mot en tilläggsavgift av 50 %.
Öppna klasser	Anmälan till Inskolningsklass, utvecklingsklasser och öppna motionsklasser kan göras på tävlingsdagen, kl. 9.00–11.00. Du kan med fördel också föränmäla till dessa klasser. Avgiften är 75 kr för ungdomar och 130 kr för vuxna. Avgiften faktureras klubbarna i efterhand. Du som inte tillhör någon klubb betalar vid tävlingen. Hyra av SI-bricka 30 kr. För SI-bricka som inte återlämnas debiteras med 400 kr.
Publicering på Internet	Med anmälan godkänner du att start- och resultatlistor samt sträcktider publiceras på Internet.
Bevakning	Vi följer D/H21 och D/H16.
Nummerlappar	D/H21 och D/H16. Självbetjäning vid starten. Säkerhetsnålar finns.
Töm och check	Töm- och checkenheter finns på väg till starten.
Startlista och resultatlista	Publiceras på hemsidan www.nais.se samt på eventor.orientering.se
Start	Första start kl. 10.00. Avstånd arena–start: ca 1 400 m, huvudsakligen på stig. Fri starttid i Inskolningsklass, utvecklingsklasser och ÖM kl. 9.30–11.30. Toalettvagn finns vid starten. Vid ungdomsstarten finns personal som hjälper nybörjare. Vägen vid starten är trafikerad. Visa hänsyn till trafiken, och se upp!
Överdragskläder	Vi transporterar överdragskläder från starten tillbaka till arenan.
Skuggning	Tillåten i Inskolning, utvecklingsklasser och öppna klasser. Skuggning före eget lopp dock endast i Inskolning, utvecklingsklasser samt ÖM1 och ÖM2. Deltagare i mästerskapsklass får inte skugga före eget lopp.
Maxtid	2,5 tim.
Snitslar	Till start; orange-vit. Förbjudet område; blå-gul. Målsträckan; röd-vit. Till duschar; Blå-vit. Otydliga stigar i Inskolningsklass, D/H10–12 är vitsnitslade.
Viltrapport	Viltrapport lämnas direkt efter avläsning av SI-brickan.
Tävlingsregler	SOFT:s regler och denna PM. -----
Parkering och övernattnig	Avstånd P–arena: 100 m. Avgift 20 kr för personbil; 50 kr för buss. 50 kr/dag för husbil/husvagn samt 50 kr/natt; kontakta gärna parkeringsansvarig i förväg. Det finns tillgång till toaletter och dricksvatten vid övernattnig.
Dusch, toaletter	Omklädnig och varmdusch utomhus, toaletter huvudsakligen i toalettvagnar. Avstånd till duschar ca 200 m, blå-vit snitsel.
Barnaktiviteter	Fri barnpassning. Miniknat, avgift 20 kr; start kl. kl. 9.00–11.00.
Service	Sedvanlig marka. Sportförsäljning Löpex Sport AB. Förstahjälpen på arenan.



NAIS Orientering
Orientering — MTB Orientering — Skidorientering

**Hela familjen
Hela livet**



**Priser och
prisutdelning**

DM-plaketter. Alla i D/H10, Inskolningsklass och utvecklingsklasser får pris vid målgång. Prisutdelning sker framför speakertornet ca 30 min sedan alla klasser har gått i mål, för klasser upp till D/H20 när dessa är i mål. Speakern meddelar definitiv tid.

Tävlingsjury

Thomas Persson (OK Denseln), Anna-Stina Påledal (OK Skogsströvarna) och Rolf Axelsson (Tjällmo-Godegårds OK).

Tävlingsledare

Lennart Forsell

Bitr. tävlingsled

Ralf Lindgren

Tävlingssekret.

Åsa Granström, 070-177 25 71, asa.at.home@telia.com

Speaker

Stina Berg

Banläggare

Gustav Träff och Håkan Träff.

**Tävlings- och
bankontrollant**

Lars Danielson, Matteus SI.

Pressvärd

Johan Waernqvist, 073-765 14 40, 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

Swish

Betalningar kan göras med swish, 123 120 30 58.

Den är den tävlandes eget ansvar att ta del av tävlings-PM:en

Lycka till i skogen!