



# PM

## VÖOL-dubbeln

29-30 september 2018

### TÄVLINGAR OCH DATUM

Medeldistans lördag 29 september, final i Upplandscupen för ungdomar.  
Medeldistans söndag 30 september, deltävling Uppland League 2018 för HD14 och HD16.

### SAMLINGSPLATS OCH TÄVLINGSARENA

Lappdals gård, 7 km NO om Vallentuna centrum. Vägvisning från väg 268 mellan E18 trafikplats 188 Karby/Brottby och Angarns kyrka, därifrån 2 km till parkeringen.

### PARKERING

Parkering i anslutning till arenan. Max 200 meter gångväg.  
Avgift 25:- via Swish 070-461 23 97 (Christer Arksand), QR-kod eller kontant.

### START

#### Lördag:

**Start 1** har klasserna H18-85, D18-85, ÖM5, ÖM7 och ÖM8.

Första start kl 11.00. 1700 meter orange/vit snitsel längs grusväg.

Toalett finns vid starten. Överdrag transporteras till arenan med viss fördröjning.

**Start 2** har klasserna H10-16, D10-16, Inskolning, U1-U5, ÖM1 och ÖM3.

Första start kl 11.00. Upplandscupen startar från kl 10.30, se separat PM.

200 meter orange/blå snitsel längs grusväg.

#### Söndag:

Första start kl 10.00. Samma startplats för alla klasser.

800 meter orange/vit snitsel längs grusväg. Ingen toalett vid starten.

### MAXTID

2 timmar för samtliga klasser.

### UNGDOMSHJÄLP

Skyltar med glada och ledsna gubbar finns som hjälp på inskolningsbanan.

Skuggning är tillåten i Inskolning, U1 och U2. Svartvita skuggningskartor finns vid starten.

### DIREKTANMÄLAN

För öppna motionsklasser (ÖM), Inskolning och U-klasser.

Anmälan i sekretariatet; lördag kl 10.00-12.00 och fri starttid kl 11.00-12.30,

söndag kl 09.00-11.00 och fri starttid kl 10.00-11.30.

Det finns även några vakansplatser per klass för ungdomar HD10-16.

### TÄVLINGSREGLER

SOFT:s gällande tävlingsregler.

## **KARTA**

Nyritad 2017, reviderad 2018 av Norrkartor. Skala 1:7 500 för HD60 och äldre samt ÖM7, övriga skala 1:10 000. Ekvidistans 5 meter.

Det förekommer några otydliga och konstruerade stigar som är vitsnitslade.

## **TERRÄNGBESKRIVNING**

Svagt till måttligt kuperad terräng. Mestadels god sikt och löpbarhet men några tätare partier förekommer. Området består av flacka höjdparter med varierande detaljrikedom och en hel del hållar. Ett antal större och mindre stigar genomkorsar området. Några gamla hyggen förekommer.

## **FÖRBJUDNA OMRÅDEN**

Förbjudna områden är markerade på kartan med violett raster. Respektera tomtmark!

## **STÄMPLINGSSYSTEM**

SportIdent. Eget bricknummer anges vid anmälan. Om eget bricknummer inte anges, tilldelas hyrbricka för 30 kr/bricka. Ej återlämnad hyrbricka debiteras med 400 kr.

## **DUSCH OCH TOALETT**

Toalettvagnar i anslutning till arenan.

Dusch i anslutning till arenan.

## **NUMMERLAPPAR**

På lördagen har samtliga deltagare i Upplandscupen nummerlappar. Hämtas lagvis i sekretariatet.

På söndagen har HD14 och HD16 nummerlappar. Självservering vid starten.

## **KONTROLLDEFINITIONER**

Kontrolldefinitioner finns tryckta på kartan och lösa vid starten.

## **PRISER**

Lördag har Upplandscupen prisutdelning ca kl. 12.30. Därefter i klasserna HD18-HD21.

Söndag har klasserna HD10-HD21 prisutdelning från ca kl. 12.00.

## **SPORTFÖRSÄLJNING**

Letro Sport säljer orienteringsutrustning på lördagen och eventuellt på söndagen.

## **MAT OCH SERVERING**

Hamburgare, kokt korv samt ett välsorterat kioskutbud med mackor, hembakat, drycker, godis och frukt.

Betala via Swish 070-461 23 97 (Christer Arksand), QR-kod eller kontant.

## **MINIKNAT OCH BARNPASSNING**

I direkt anslutning till tävlingsarenan. Lördag kl 10.00-14.00, söndag 09.00-13.00. Barn från 2 år tas emot. Avgift 20:-. Swish eller kontant (jämna pengar).

## **HUVUDFUNKTIONÄRER**

Tävlingsledning: Peter Brunnberg

Banläggning: Christer Arksand och Peter Sundgren

Tävlingskontrollant: Peter Nordström, Täby OK

Bankkontrollant: Mats Ekman, Täby OK

## **TÄVLINGSJURY**

Lördag:

Söndag:

Anslås på arenan

***VÄLKOMNA ÖNSKAR VALLENTUNA-ÖSSEBY OL***