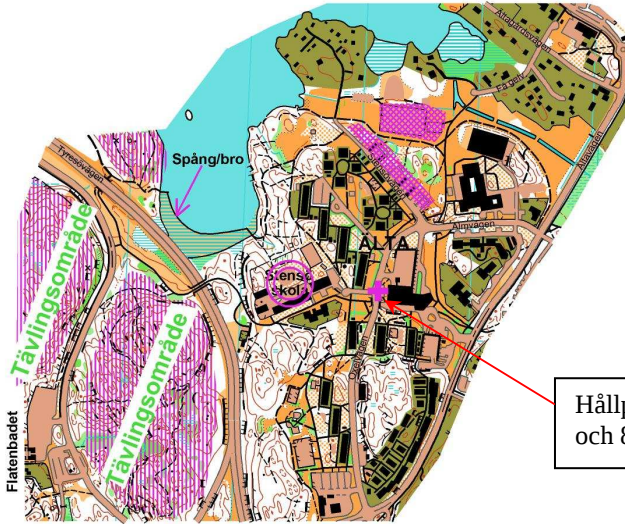




PM

Trekvällars

4/7-6/7 2011

Samling	Stensö Skola (Strandparksskolan), Älta. Ingen vägvisning.  *Buss 401 från Slussen till Älta Centrum. Avgångar var 20:e minut. *Buss 801 från Gullmarsplan till Älta Centrum (högr trafik). *Avstånd busshållplats -TC 200 meter, snitslat.
Parkering:	Ingen organiserad parkering. Kan finnas i bostadsområdet, infartsparkeringen vid Ekstubben, Älta Centrum, Ältahallen och vid Flatenbadet. Respektera de allmänna reglerna för parkering. Vi rekommenderar buss 401 från Slussen eller buss 801 från Gullmarsplan.
Tävlingscentrum	Stensö Skola (Strandparksskolan), Älta.
Direktanmälan / Öppen Motion	Öppen Motion 1-Öppen Motion 9 alla dagar, maxlängd för dag 2 är mellan 2 km 5,7 km. Anmälan sker 17:00 – 19:00 och start ska ske mellan 17:30 och 19:30. Startstämpling används.
Efteranmälan till tävlingsklass	I mån av tillgång på kartor finns det möjlighet att efteranmäla sig till tävlingsklass (alla tre etapperna) på måndagen mot 100% förhöjd avgift. Görs i sekretariatet vid tävlingscentrum.
Start	Första start 17:30 alla dagar. Orange/vit snitsel för samtliga klasser. Start sker minutvis. Vid starten är det endast tillåtet med en löpare per minut i varje fälla. Dag 1 1700 m. Dag 2: 1400 m Dag 3: 2500 m OBS! Inga toaletter vid start! Fri start i alla klasser. Startstämpling för alla.
Stämplingssystem	Sportident. Kontrollera att du har rätt bricknummer i startlistan. Anmäl ändrad bricka innan start första dagen. Tömning av brickor sker på väg till start. Vid ändring av bricka under dag 2 och 3 kommer en administrativ avgift på 25 kronor tas ut. OBS! Det är inte tillåtet att springa direktanmälan på en bricka som är anmäld i tävlingen, eller att byta brickor med varandra.
Hyrbrickor	De som inte angivit bricknummer i anmälan har tilldelats hyrbrickor som avhämtas i sekretariatet innan start dag 1. Återlämnas efter målgång dag 3. Om ni saknar bricknummer i listan men har anmält så kontakta sekretariatet innan start. Avgift för hyrbricka är 30 kronor per dag. Ej återlämnad bricka debiteras med 300 kronor.
Karta, kontrollbeskrivning	Färgutskrift. i skala 1:10 000 för samtliga klasser. Ekvidistans 5 m. Kodsiffror är tryckta på kartan bredvid kontrollnumren. Kontrollbeskrivningar är tryckta på kartan. Inga lösa beskrivningar.

Snitslad stig	Etapp 1: Inskolning, U1, DH10 har en snitslad sträcka. Följ röd/vit snitsel. Etapp 2:För att få till de allra lättaste banorna har vi gjort en stig genom terrängen. Den är markerad med röd/vit snitsel och är markerad med violett på alla kartor.
Vägpassage	Vid två av etapperna ska deltagarna passera en trafikerad väg. Passagen sker direkt efter en kontroll vid ett övergångsställe. Iakttag försiktighet.
Vätska	Nej. Ingen vätska på banorna. Se till att fylla på depåerna innan start.
Målgång	Målet är beläget vid Stensö Skola (Stransparksskolan) alla dagarna. Målet stänger 20:45, anpassa er starttid!
Försäljning	En marka med ett utsökt sortiment finns i anslutning till målet.
Ombyte/ dusch	Finns i skolan i anslutning till målet.
Toaletter	Finns endast vid målet.
Förbjudna områden	Absolut förbjudet att beträda motorvägen (Tyresövägen) och annan på kartan markerat som förbjudet område. Kom ihåg att all tomtmark är förbjudet område. Med tanke på områdets karaktär och närhet till staden vill vi poängtera att det i området finns ett antal stråk och spår som kan uppfattas som stigar, nytillkomna sådana är ej redovisats på kartan. Dessutom finns det i skogen ett antal ”utomhusboende”.
Överdrag	Arrangören transporterar INTE överdrag från start.
Prisutdelning	Ungdomsklasserna på TC efter dag 3. Utlottning av en present bland de som fullföljt alla tre etapper
Banläggare	Anders Bögevig, Niklas Wansölin
Tävlingsledare	Gunnar Johansson-Falk, Ola Kåberg

Hjärtligt välkomna!

Extra PM Fri start

START

Vid starten skall ni ställa er i den fälla (kö) där er klass finns angiven.

När ni är först i kön så är det er tur att gå fram vid nästa minutpip.

Väl inne i nästa fälla är proceduren som vanligt, ni får dock ingen lös kontrollbeskrivning. I nästa fälla tar ungdomarna sin karta medan de vuxna väntar på nästa pip. Efter det pipet startar ni, ungdomar startstämplar och springer i väg, vuxna tar sin karta, startstämplar och springer iväg.

Kom ihåg att läsa av SportIdent-brickan hos sekretariatet.

Extra PM Parkering

Det finns ingen organiserad parkering. På bifogad karta ser ni var det kan finnas parkering.

