



# Helsingborgs SOK och Helsingörs SOK inbjuder till

## Tre skåningar och En dansk

### 14 juni – 16 juni 2019

**Allmän information** Tävlingen är en förkortad medeldistans-OL med sprintkaraktär förlagd till stads- och villa- respektive parkterräng i Helsingborgs och Helsingörs närhet. Tävlingen består av fyra etapper.

Etapp 1, 14 juni: Dalhem, (sprintkarta). Start mellan 18.00 och 19.45. Den tävlande väljer starttid enligt beskrivning på PM och ansvarar för att start sker på rätt minut, så kallad fri intervallstart.

Etapp 2, 15 juni: Helsingör. Första start 9.30. Start enligt startlista.

Etapp 3, 15 juni: Rydebäck, (sprintkarta). Första start 17.30. Start enligt startlista.

Etapp 4, 16 juni: Rydebäck, (sprintkarta). Första start 9.30. Start enligt startlista

Segrare är den med kortast sammanlagd tid efter deltagande vid samtliga etapper.

**Klasser** Tävlingsklasser DH10 upp till DH80  
Motionsklasser ÖM1, ÖM3, ÖM5, ÖM7, ÖM8  
*Tävlingsklasser bedöms passa även motions-, inskolnings- och U-löpare.*

**Ungdomsklasser** För ungdomsklasserna DH10-16 är tävlingen dels upplagd som individuella tävlingar, med priser efter varje etapp, dels som en sammanlagd tävling över fyra etapper. Vi kommer också premiera den klubb som har flest startande ungdomar i tävlingsklasserna under helgens fyra tävlingar.

**Banlängder** Exakta banlängder finns på Eventor senast 3 veckor före tävlingen.

**Stämplingssystem** Sportident. Samtliga SportIdents löparbrickor går att använda. Löparbrickor finns att hyra: S15 - 25kr/etapp.

**Anmälan** Tävlingsklasser Senast söndagen den 9 juni klockan 23:59 i Eventor  
Motionsklasser Senast onsdag den 12 juni klockan 20:00 i Eventor  
Löpare utan tillgång till Eventor kan anmäla sig via mail: [anmalan@hsok.se](mailto:anmalan@hsok.se)

**Efteranmälan** Tävlingsklasser Senast onsdag den 12 juni klockan 20:00 i Eventor

Avgift	Ordinarie	Efteranmälan	<input type="checkbox"/>	Etapp	Efteranmälan
Tävlingsklass DH17–	680 kr	1020 kr	<input type="checkbox"/>	140 kr	210 kr
Tävlingsklass –DH16	400 kr	600 kr	<input type="checkbox"/>	70 kr	105 kr
Motionsklasser 17 år–	680 kr	680 kr	<input type="checkbox"/>	140 kr	140 kr
Motionsklasser –16 år	400 kr	400 kr	<input type="checkbox"/>	70 kr	70 kr

Vid anmälan till samtliga etapper ingår personfärjebiljett och bussbiljett till etappen i Danmark. Biljetten är giltig för att ta med egen cykel. Deltagare på enstaka etapper kan köpa färjebiljett och bussbiljett på fredagens etapp. Kostnad 120 kr.

**Samlingsplats** Samlingsplatser för respektive etapp kommer meddelas i Eventor senast 3 veckor före tävlingen.

<b>Parkering</b>	<p>Avstånd till arenan max 1100 meter, men avstånden varierar mellan etapperna. Avstånd per etapp meddelas i PM senast 3 veckor före tävlingen.</p> <p><b>OBS.</b> Respektera de valda parkeringsområdena som är angivna i Eventor och som det är skyltat till. Detta för att undvika konflikter med boende i området. Parkering i tävlingsområdet är givetvis ej tillåtet. Infokarta med tävlingsområden finns i Eventor. Ingen avgift.</p>
<b>Starttid</b>	De lottade starttiderna publiceras på Eventor när efteranmälan gått ut.
<b>Startlista</b>	Till start max 1 500 meter.
<b>Karta</b>	Fyra separata kartor i A4 eller A3 format beroende på banlängd. Kartorna i Helsingborg är ritade i sprintnorm. Kartan i Helsingör har normal kartnorm. Samtliga kartor är nyritade eller reviderade 2019. Laserutskrift.
<b>Kartskala</b>	Exakt kartskala anges i Eventor senast 3 veckor före tävlingen, tillsammans med banlängderna.
<b>Terräng</b>	Terrängbeskrivningen per etapp meddelas i PM.
<b>Klädsel</b>	Heltäckande klädsel. Eventuella undantag meddelas i PM.
<b>Dusch</b>	På E1 dusch utomhus, E2 (DK) ingen dusch och på E3 och E4 dusch inomhus (sporthall/skola).
<b>Marka</b>	Välförsett utbud.
<b>Sportförsäljning</b>	Pölder Sport finns på etapperna i Helsingborg.
<b>Miniknat</b>	Finns i anslutning till barnpassningen på Helsingborgsetapperna. Ingen avgift.
<b>Barnpassning</b>	Finns på samtliga etapper.
<b>Priser</b>	I mån av deltagare. Priser delas ut baserat på det sammanlagda resultatet. Etapppriser i ungdomsklasserna. Inga priser i öppna motionsklasser.
<b>Logi</b>	<p>Husvagnsplatser och tältplatser erbjuds i samarbete med Råå Vallars Resort. I priset 500 kr, för husvagnsplats med el ingår campingens alla bekvämligheter inklusive utomhuspool på området. Möjlighet för tältplats utan el kommer att finnas för en avgift på 400 kr. Önskemål om husvagnsplats eller tältplats anges i samband med anmälan. Priserna är starkt rabatterade. Tre skåningar och en dansks deltagare kommer ha platser i ett samlat område på campingen så att klubbgemenskapen och utbyte mellan klubbarna främjas. Kostnaderna faktureras klubbarna i efterhand. För boende på campingen gäller de regler som campingar har att följa vilket innebär att du som bokar boende på campingen ska ha ett giltigt <b>"Campingkort"</b>.</p> <p><b>Tilläggsnätter</b> i direkt anknytning före eller efter vår tävling kan du boka till rabatterat pris. Dessa nätter bokar och betalar du direkt hos Råå Vallar Resort. Ange <b>kod: OrienteringRåå</b> antingen via Tel: 042 – 182600 mail: <a href="mailto:raavallar@nordiccamping.se">raavallar@nordiccamping.se</a> eller centralbokningen tel: 0771- 101200. För att underlätta vår fördelning av platser meddela vilket platsnummer ni blivit tilldelad på tilläggsnätterna till Rolf Gustafsson <a href="mailto:rolf.axel.gustafsson@gmail.com">rolf.axel.gustafsson@gmail.com</a>.</p> <p><b>Stugor</b> på Råå Vallar Resort kan du boka och betala direkt via bokningen - se ovan. Mer information på Råå Vallars hemsida: <a href="http://raavallar.nordiccamping.se">http://raavallar.nordiccamping.se</a>.</p>
<b>Tävlingsledare</b>	Bengt Johnsson, 070-624 70 94, <a href="mailto:bengtjohnson@outlook.com">bengtjohnson@outlook.com</a>

<b>Banläggare</b>	Tommy Peterson
<b>Sekretariat</b>	Felix Alnervik, anmalan@hsok.se
<b>Logi</b>	Rolf Gustavsson, 073-639 59 95, rolf.axel.gustafsson@gmail.com
<b>Pressansvarig</b>	Bengt Johnsson
<b>Ban- och tävlingsk.</b>	Kristian Bengtsson, FK Åsen
<b>Upplysningar</b>	Upplysningar fås genom ovanstående personer i tävlingsorganisationen.
<b>Tävlingsjury</b>	Skånes OF

*Välkomna önskar Helsingborgs SOK och Helsingörs SOK!*