



Reviderat PM för Nyköpingsorienteringen lördagen den 23 mars 2019

Samlingsplats och parkering

Tävlingsområdet ligger vid Nynäs slott mellan Trosa och Nyköping. Från E4 följ skyltar mot Nynäs slott vid avfart 135 Tystberga. Vägvisning till arenan från väg 219. GPS-koordinater: Lat 58.807902 Long 17.366129.

Avstånd Parkering – Arena max 1 000 m. Parkeringsavgift 20 kr. Husbilar kan ej parkera vid eller omkring slottet utan hänvisas till Nynäs brygga.

Betala gärna med Swish och visa vid infart – Swishnummer: 123 179 17 63

Bussar föränmäls till Magnus Fredriksson 070-277 66 98.

Start

Lottade starttider med första start för samtliga klasser kl. 11.00. Fri starttid tillämpas för Inskolning, U-klasser och Öppna klasser med start mellan kl. 11.00 och 12:30.

Efteranmälda och löpare i klass HD10-HD16 som anmäler sig på tävlingsdagen startar före ordinarie start.

Ungdomsklasserna får kartan 1 min före utsatt starttid.

Startlista

Startlista publiceras på Eventor och finns tillgänglig vid Arenan, vid starten och på Vårtrippelns hemsida www.vartrippeln.se.

Startväg

Avstånd från arena till start är ca 1 100 m. Väg till start utgörs av stig och väg som markeras med orange-vit snitsel.

Överdrag

Överdragskläder kommer kontinuerligt att transporteras från starten till Arenan och återfinns på avsedd plats på väg mellan mål och dusch.

Öppna klasser och Inskolning

På tävlingsdagen finns möjlighet att anmäla sig till öppna klasser. Anmälan i anslutning till Arenan klockan 10.30-11.30. Tävlingen erbjuder följande klasser:

Inskolning	1,5 km	Grön
U1	1,5 km	Grön
U2	2,2 km	Vit

ÖM1	2,3 km	Vit
ÖM3	2,7 km	Gul
ÖM5	4,0 km	Orange

ÖM7	3,1 km	Blå
ÖM8	4,6 km	Svart
ÖM9	7,3 km	Svart



Huvudklasser

H80	H75	D80	D75
H70	H65	D70	D65
H60	H55	D60	D55
H50	H45	D50	D45
H40	H35	D40	D35
H21	H21K	D21	D21K
H20	H18	D20	D18
H17-20K		D17-20K	

Ungdomsklasser

H16	D16
H16K	D16K
H14	D14
H14K	D14K
H12	D12
H12K	D12K
H10	D10

Strukna klasser

Inga strukna klasser.

Efteranmälan

Efteranmälan senast onsdag 20 mars kl. 20.00 via Eventor med 50% förhöjd avgift. Efteranmälan på tävlingsdagen för klasser HD10-16 senast kl. 10.15 med 100% förhöjd avgift. Tre platser reserveras per klass där först till kvarn gäller.

Anmälningavgift

Vuxna: 150 kr. Ungdom t o m 16 år: 80 kr. 30 kr för hyra av Sportident-bricka. Svenska klubbar faktureras efter tävlingen. Utländska löpare betalar kontant på tävlingsdagen innan start.

Anmälningavgiften för Öppna klasser på tävlingsdagen är 150 kr, ingen förhöjd avgift.

Ledartröjan och Juniorligan

Klasserna HD14 och HD16 ingår i Södermanlands OFs tävling **Ledartröjan**. Klasserna HD18 och HD20 ingår i Södermanlands OFs tävling **Juniorligan**. För mer information, se Södermanlands OF:s hemsida.

Karta

Skala 1:10 000, ekvidistans 5 m. Klass HD60 och äldre har skala 1:7 500. I ÖM5, ÖM7 och ÖM8 finns även karta i skala 1:7 500, först till kvarn gäller. Kartan reviderad 2018 av klubbmedlemmar i Nyköpings OK enligt kartnorm ISOM 2017-2. Certifierad laserutskrift.

Kontrollbeskrivning

Lös kontrollbeskrivning erhålls i startfållan. Kontrollbeskrivning finns inte tryckt på kartan.

Terrängbeskrivning

Detaljrik kustterräng med måttlig kupering och mycket god framkomlighet. I terrängen förekommer mindre områden med vindfällan, vilka är redovisade med grönt streck/grönt raster. Under senare tid har det dock ramlat några fler träd, som inte är redovisade.

Ungdomsbanor

Vid starten och i terrängen förekommer glada funktionärer med reflexvästar, som gärna hjälper barnen. För klasser Inskolning och U1 finns skyltar med "ledsna gubbar". Skuggarkartor finns för Inskolning, U1 och U2.

Otydliga stigar är vitsnitslade.



Taggtråd/järntråd

I terrängen förekommer staket runt kohagar. Staketen är redovisade på kartan, iaktta försiktighet. För klasser upp till HD12 finns tillfälliga öppningar i staket, markerade med snitsel i naturen.

Förbjudna områden

Det är förbjudet att beträda tomtmark.

Stämplingssystem

SportIdent (ej touch free) används för samtliga klasser. Glöm inte att tömma brickan före start! Obligatorisk check sker på särskild plats på väg till start. I de öppna klasserna tillämpas startstämpling.

Vid uteblivet pip och/eller ljudsignal vid stämpling ansvarar löparen att stämpla med stiftklämma i kartan. Samtliga löpare ska stämpla ut vid avläsning, även vid brutet lopp.

Hyrda brickor

Hyrda brickor hämtas vid sekretariat och återlämnas direkt efter målgång. Ej återlämnad bricka debiteras respektive klubb med 600 kr.

Nummerlappar

Samtliga löpare i klass HD21, HD20, HD18, HD16 och HD14 bär nummerlapp. Självservering vid start.

Vätska

Vatten erbjuds för HD21, H21K, H35 samt ÖM9. Plats för vätska är markerat med "mugg" på kontrollbeskrivningen.

Tävlingsdräkt

Heltäckande tävlingsdräkt enligt SOFT:s regler. Kontroll förekommer.

Radiokontroll och förvarning

I klasserna HD21, HD20, HD18, HD16 och HD14 rapporteras från radiokontroll och förvarning.

Maxtid

Maxtiden för samtliga klasser är 2 timmar och 30 minuter.

Resultat

Resultatlistor anslås på tavla när respektive klass är avklarad. Resultatlista publiceras på Eventor efter tävlingen. Löpande resultat kommer att finnas på Liveresultat samt på TV-skärm på Arenan. På mobila enheter hittar man enkelt aktuella liveresultat med QR-koden:





Prisutdelning

Priser i klasserna upp till och med HD20. Antal priser anslås vid resultattavlan. I huvudklasserna HD21 erhåller segraren pris i form av presentkort. Prisutdelning sker efter anslaget tidsschema, vissa mindre förskjutningar kan förekomma. Var uppmärksam på utrop från Speaker!

I klass Inskolning, U1 och U2 erhåller alla tävlande pris direkt vid målgång mot uppvisande av karta.

Dusch och toaletter

Dusch för herrar och damer utomhus ca 300 m från arenan.

Toaletter finns på arenan samt ett begränsat antal vid starten.

Miniknat

Gratis miniknat finns i anslutning till arenan, med start mellan 10.30-12.00. Ta gärna med egen SI-pinne! Samma pinne kan användas flera gånger på miniknat och kan även användas i tävlingen.

Servering

Servering med sedvanligt sortiment finns på arenan.

Sportförsäljning

Letro Sport finns på arenan och säljer OL-utrustning.

Viltrapport

Viltrapportering sker till sekretariat.

Omplåstring

Plats för omplåstring finns på Arenan. Här finns även möjlighet till TBE-vaccinering som håller öppet från klockan 11.00! För barn fyllda 3 till 19 år är vaccineringen avgiftsfri. För vuxna med OL rabatt är kostnaden 320 kr.

Huvudfunktionärer

Tävlingsledare	Mathias Lindgren <i>mathias.e.lindgren@gmail.com</i>	070-398 10 22
Banläggare	Bengt och Lena Pettersson <i>bengt.pettersson@abeka.se</i>	070-969 71 36
Sekretariat	Jonas Lindsten <i>jonas.lindsten@gmail.com</i>	070-311 84 34
Tävlings- och bankkontrollant	Hans Holgersson, OK Måsen	

Välkomna till den Sörmländska terrängen önskar Nyköpings OK!