



PM
**Medeldistans IK Uven
vid Uven-Rigor dubbeln**



Lördagen 30 mars 2019

**SAMLING och
PARKERING**

Arena Hägnaliden i Hällesåker, söder om Hällesåkersvägen.

Kollektivtrafik finns i begränsad omfattning www.vasttrafik.se
Hållplats Börjesgården, Hällesåker. Följ vägen Hägnaliden söderut tills den tar slut (ca 500 m).

Bilburna tävlande norr och söder ifrån tar av från E6/E20 vid avfart 62, kör genom Lindome centrum och fortsätt mot Hällesåker, ca 6 km.
Tävlande österifrån på väg 156, kör mot Lindome, efter ca 16 km är ni i Hällesåker. Parkering norr om Hällesåkersvägen, följ P-vaktens anvisningar.
GPS koordinater (WGS84 DD) till parkeringen 57.60060, 12.18609.

Observera att det EJ är tillåtet att köra bil på vägen Hägnaliden till arenan.

För parkering av husbilar, kontakta parkeringsansvarig:
Paavo Honkavaara, 070-6969179.

P-avgift: 20 kr eller Swish 070-6969179.

Avstånd parkering- arenan max 1,5 km. Följ lila-vit snitsel. **Vid passage av Hällesåkersvägen, använd övergångsställen och iakttag försiktighet!**

ARENA

Vi har boende och tomtmark alldeles vid arenan: Respektera tomtmark och alla avspärrningar. Det är förbjudet att kliva över stenmurarna. Använd anvisad väg till start och toaletter.

**ÄNDRADE
KLASSER**

Sammanlagda klasser: Inga.
Strukna klasser: D12K.
Övriga tävlingsklasser, se inbjudan.

ÖM KLASS

Försäljning på arenan från kl. 0930 till 1100. Avgift 140 kr (70 kr för ungdom).
Banlängder framgår av inbjudan.

**INSKOLNING/
U-KLASS**

Avgift 70 kr för inskolning och U-klasser.

FOREIGN CLUBS

Pay the start fee in cash at the arena or in advance to Swedbank:
IBAN: SE95 8000 0810 5907 4493 0926. BIC/SWIFT CODE: SWEDSESS

START

Gemensam startplats för samtliga tävlande. Avstånd arena – start ca 650 m, följ orange-vit snitsel. Inga toaletter vid start. Ingen transport av överdrag.

Första start kl. 1000, efteranmälda startar före. Inskolning, U-klasser och öppna motionsklasser har fri starttid mellan kl. 1000 och 1200.

SEN START

Tillåten max 30 min efter ordinarie starttid.

**STÄMPLINGS-
SYSTEM**

Sportident, Saknas bricknummer i anmälan tilldelas hyrbricka, hyra av bricka 30 kr. Ej återlämnad hyrbricka debiteras med 500 kr.

**LÖPARE SOM
UTGÅR**

Alla löpare som utgått eller på annat sätt inte passerat målet och avläsningen **MÅSTE** gå till målet och läsa av sin bricka. Vänligen hjälp oss med detta så slipper vi leta efter försvunna löpare!

TERRÄNG	Terrängen utgörs av måttligt kuperad gran- och tallskog, till stor del storskog, bitvis med kala hållar och sankmarker. Kurvbilden är detaljerad i de partierna med håll. Området är delvis relativt stigrikt, framför allt avseende de kortare banorna. De längre banorna går delvis i ett område med stark kupering och god framkomlighet.
KARTA och KARTJUSTERING	Nyritad 2016 och reviderad för ISOM 2018 av Kartsam AB. Enstaka justeringar 2019 av klubben. OBS Nya kartskalen enligt SOFTs rekommendationer: Skala 1:10 000 D/H 10 – D/H40, Inskolning, U1 och U2 Skala 1:7 500 D/H 45 och äldre samt ÖM1, ÖM3, ÖM5, ÖM7 och ÖM8 För D10, H10, U1, U2, ÖM1, ÖM3 finns ett förbjudet område nära bebyggelse rödmarkerat på kartan. Området är delvis markerat med avspärrningsband.
KONTROLL-ANGIVELSER SKUGGKARTOR	Det finns kontrollangivelser tryckta på kartan samt lösa kontrollangivelser som fås vid start. Skuggkartor finns till inskolning och U-klasser.
MAXTID	2 h. Vid överskriden maximitid bege er till målet och stämpla ut.
VILT	Rapportera observerat vilt till sekretariatet i samband med målgång.
MINIKNAT	I anslutning till arenan. Öppen från kl. 0930 till 1200. Avgift 20 kr kontant eller Swish 073-590 62 16. Sportident finns att låna.
FÖRSTA HJÄLPEN	På arenan vid sekretariatet.
TOALETT/ DUSCH	Toaletter och varm dusch i anslutning till arena. Varmduschen i anslutning till arena.
SERVICE	Servering med hembakat, goda smörgåsar och hamburgare. Även glutenfritt och vegetariskt. Sportförsäljning av SM Sport (www.smsport.se). Barnpassning från 3 år (blöjfria) (föranmälan enligt inbjudan).
MILJÖ	Rabatt på fika till de som har egen mugg. Notera instruktioner för återvinning.
RESULTAT	Resultaten kommer att finnas på arenan och på Eventor. Liveresultat: https://liveresultat.orientering.se/followfull.php?comp=15166&lang=sv Banorna laddas upp på Livelox, se länk i Eventor.
PRISER	Alla som deltar i Inskolning, U1 och U2 erhåller pris. Hämtas direkt efter målgång vid prisutdelningen, ta med karta och visa upp. Priser till ungdomsklasserna samt H/D 18-21 delas ut allt eftersom klasserna blir klara. Antal pris per klass, se anslag på resultattavlan. Segerpris delas ut till tävlingsklasserna H/D 35- H/D 85. Hämtas vid prisutdelningen då klassen är klar.
TÄVLINGSLEDARE	Jan Grahn, jan.grahn@gmail.com , 0725-45 55 65 Anna Rönnborg, Leif Hagman.
BANLÄGGARE	Stanley Mattsson, Björn Jägerström, Karl-Axel Johansson.
BANKONTROLL	Intern kontroll, IK Uven.
TÄVLINGS-KONTROLL	Thomas Bäckström, IF Rigor.

IK Uven önskar alla välkomna till en fin dag i skogen!