



PM

Tolereds AIK

Medeldistans

6 april 2019



Strukna klasser: Följande klasser är strukna pga att inga deltagare är anmälda: H20 och H12K.

Samling: Vädermotets utsiktsplats, Södra Biskopsgårdens industriområde.

Med bil: Från Älvsborgsbron, Lundbytunneln eller Hisingsleden följ skyltar mot Öckerö/Torslanda och ta av mot Biskopsgårdens industriområde/ST1 Raff. Följ sedan vägvisning. **Kollektivtrafik:** Hållplats Vädermotet. Trafikeras av buss 24, 290, Gul Express och Röd Express. Avstånd till Arenan 700 m.

Parkering: Avstånd Parkering - Arenan max 300 m. P-avgift 20:-

Start: Första start kl. 11.00. Efteranmälda startar före. Avstånd Arena - Start 1300 m. Toaletter finns vid starten.

Överdrag: Transport av överdragskläder från starten.

Öppna klasser: Försäljning av öppna klasser mellan kl. 10.00-11.30. Fri starttid mellan 10.30-12.30. Anmälningavgift Ungdom 70:- , övriga 130:-. Avgifterna faktureras klubbarna i efterhand. Endast klubblösa betalar kontant och då endast jämna pengar eller Swish.

Bana	Svårighetsgrad	Längd
Inskolning	Grön	1,6 km
U1	Grön	2,2 km
U2	Vit	2,4 km
ÖM 1	Vit	2,5 km
ÖM 3	Gul	2,4 km
ÖM 5	Orange	3,4 km
ÖM 7	Blå	3,1 km
ÖM 8	Svart	4,5 km

Minikat: Öppet mellan 10.00 – 12.30. Startavgift 20:- Endast Swish eller jämna kontanter.

Stämplingssystem: **Sportident.** Löpare som saknar egen löparbricka måste hyra bricka mot avgift 25:- Hämtas i sekretariatet. **OBS!** brickan måste lämnas tillbaka efter målgång. Ej återlämnad bricka debiteras med 350:- . Om enheten inte fungerar skall stämpling ske i reservrutorna på kartan. Glöm inte att uppmärksamma arrangören när du kommer i mål.

Terräng: Detaljrik till mycket detaljrik terräng. Måttlig till stark kupering och mestadels god framkomlighet med många öppna berghällar. De enklare banorna använder ett område med ett flertal mindre och större stigar. Övriga tävlingsområdet har endast ett fåtal stigar

Karta: Svarte Mosse. Nyritad vintern 2019. Kartritare Maths Carlsson. Certifierad digitalutskrift på papper i plastficka. Skala 1:10 000 i klasserna D/H10-40, inskolningsklass och utvecklingsklasser. Skala 1:7 500 i D/H45 och äldre, samt i öppna klasser

Skuggkartor: Svartvita skuggkartor för Inskolning, U1 och U2 vid starten.

Kontrollbeskrivningar: Tryckta på kartan samt lösa vid start.

Förbjudet område: All på kartan markerad tomtmark samt övriga röstreckade områden är förbjudet område. Vänligen respektera detta!

Maxtid: 2 timmar.

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 som inte är försvunna!

Dusch: Ingen dusch på Arenan. Dusch finns på Ryaskolan, vägvisning vid toaletterna vid starten. Gångväg 1300 meter, följ startsnitsel. Alternativt 5 minuter med bil. Infart från Erik Väderhatts gata 12. Inga orienteringsskor i omklädningsrummen.


Toaletter: På Arenan.

Barnpassning: På Arenan. Endast blöjfria barn.

Första hjälpen: På Arenan vid serveringstältet.

Servering: Ett digert utbud av godsaker inklusive hamburgare erbjuds.

Sportförsäljning: På Arenan. SM Sport.

Resultat: Anslås på arenan. Online-resultat kommer att finnas på:
 <http://liveresultat.orientering.se/> scanna QR-koden till vänster så kommer du direkt till tävlingen.
Resultat och sträcktider på Eventor efter tävlingen är avslutad.

Priser: Inskolning, U1 och U2 får pris direkt efter målgång mot uppvisande av karta. I klasserna HD10 – HD21 pris till de 3 främsta. I klasserna HD35 och äldre får segraren en blomma, hämtas efter hand som klassen är klar.

Tävlingsledning: Tävlingsledare: Anders Larsson 0733-563210
Banläggare: Maths Carlsson 0706-342280

Tävlingskontroll: Tävlingskontrollant: Richard Blom, Frölunda OL
Bankontrollant: Anders Lamm, Frölunda OL

Välkomna till Hisingen

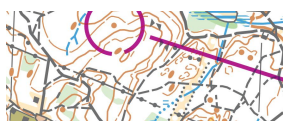
Välkommen tillbaka på trail och orientering i Tuve i vår

Tuve Trailrun
5 maj



Fin trailbana på
9 eller 14 km
tuvetrailrun.se

Motionsorientering
Alla måndagskvällar i maj



 motionsorientering

Använd dina friskvårdspengar.
Mer info i serveringen på
tävlingen eller toleredutby.se.

Sprintcup 2019, etapp 2
World Orienteering Day 15 maj



Spring Sprintcup i Tuve eller
utmana kompisarna i WOD-
labyrinten på gräsmattan.

Svenska Cupen i Mtb-O
1 – 2 juni



Perfekt för dig som vill prova
på Mtb-O. Det finns öppna
banor och kartstall att hyra.