



Waxholms OK och Vallentuna Össeby OL bjuder in till DM Långdistans för Stockholm och Uppland Söndag 1 september 2019

**Välkomna till en DM helg på Bogesund! På lördagen arrangerar Sundbybergs IK
DM Medeldistans för Stockholm vid samma arena.**

ARENA

Broknäs på Bogesundslandet.

PARKERING

Enligt anvisning. Avstånd parkering-arena 100-1100 m. Avgift 30 kronor

KOLLEKTIVTRAFIK

Hållplats Ekevägen 300 m till arenan. Se sl.se

KLASSINDELNING

För Stockholm: HD10-HD85 (DM-klasser). Dessutom kortklasser för HD12, HD14, HD16, HD17-20 samt HD21, U1-U4 samt Inskolning.

För Uppland: HD10-HD85 (DM-klasser). Dessutom HD21Kort, U1, U2, U2 Lång, U3, U3 Lång, U4, U5, Inskolning. Öppna motionsklasser ÖM1-9 för båda distrikten.

Banlängder och svårighetsgrad enligt SOFT:s tävlingsregler och respektive distrikts anvisningar. Sammanslagning av klasser kan komma att göras i enlighet med SOFT:s tävlingsregler.

ANMÄLAN

Anmälan via Eventor senast söndag 25 augusti kl 23.59

Efteranmälan via Eventor senast onsdag 28 augusti kl 23.59 mot 50% förhöjd avgift

Se till att välja rätt klass i rätt distrikt vid anmälan!

Direktanmälan kan köpas för Öppna motionsklasser, U-klasser och Inskolning vid arenan klockan 9.30-12.30.

AVGIFTER

75 kr för ungdomar tom 16 år, övriga 125 kr. Brickhyra: 30 kr. Förlorad hyrbricka debiteras med 400 kr.

Anmälan till öppna motionsklasser på arenan på tävlingsdagen kostar 150 kr för vuxen och 75 kr för ungdom.

TERRÄNGBESKRIVNING

Terrängtyp: Skogsmark med ett mindre antal vägar och stigar som i stort är sammanhängande. Ett antal skogsbevuxna sankmarker finns inom området

Höjdpartierna är i allmänhet småkuperade uppe på och har växlande detaljrikedom i sluttningar. Några partier är mer sönderskurna med ett flertal branter.

Framkomlighet: God framkomlighet. Vegetationen består huvudsakligen av gles barrskog av varierande ålder.

START

Första ordinarie start kl 10:00 för lottade klasser.

Upplandsklasserna startar från kl 10 och Stockholmsklasserna fyller på efterhand.

Öppna motionsklasser, Inskolning och U-klasser har valfri starttid mellan kl 10 – 13 för båda distrikten.

Avstånd till start max 1100 m

KARTA OCH BANOR

Karta nyritad 2015-18 av Norrkartor.

Skala 1:15 000 för HD18-21 (offsettryckt). Klasserna HD45 och äldre samt ÖM1-8 har skala 1:7 500 och övriga klasser 1:10 000

Ekvidistans 5 m.

Sportident används som stämplingssystem.

SERVICE

Miniknat och barnpassning, välförsedd servering, sportförsäljning. Bajamajor och varm utomhusdusch i anslutning till arenan.

ÖVRIGT

Tävlingen ingår i Stockholms ungdomspriser (UP) för Stockholm och i Uppland League och Upplandscupen för Uppland.

TÄVLINGSLEDNING

Tävlingsledare Stockholm: Cia Fochsen, cia.fochsen@waxholmsok.se, 070-255 43 06

Tävlingsledare Uppland: Peter Brunnberg, brunnberg.peter@gmail.com, 070-323 57 27

Banläggare: Krister Gumaelius, krister.gumaelius@waxholmsok.se och Hasse Malmberg
hasse.malmberg@gmail.com

VARMT VÄLKOMNA!