

PM Uppala Möte medeldistans

Hitta i PM

DUSCH OCH TOALET	3	PARKERING	3
EFTERANMÄLAN	3	PRISUTDELNING	5
FÖRSTA HJÄLPEN	4	SNITSLING I TERRÄNGEN	5
HITTA TILL ARENAN	3	SPORTFÖRSÄLJNING	4
HUVUDFUNKTIONÄRER	5	START	4
KARTA	4	STÄMPLINGSSYSTEM	4
KLASSER	4	SWISHKODER	6
KONTROLLDEFINITIONER	4	TERRÄNGBESKRIVNING	5
LIVEBEVAKNING	5	TIDSPROGRAM	3
LIVELOX	4	TRAFIKERAD VÄG	5
MAT OCH SERVERING	4	TÄVLINGSINFO PÅ ARENAN	3
MAXTID	5	TÄVLINGSREGLER	4
MINIKNAT & BARNPASSNING	3	UNGDOMSHJÄLP	5
NUMMERLAPPAR	5	VILTRAPPORT	4
NÄTVERK PÅ ARENAN	3	VÄTSKA	5

21 april

Dokumentet uppdateras fortlöpande - senast uppdaterat 2019-04-20

Text med röd färg är nytt i senaste uppdateringen (gäller ej rubriker)

Utmana Serveringspersonalen och få rabatt

Alla som slår Kristin Olovsson (damklasser) eller Jakob Andersson (herrklasser) får 10 kr rabatt i serveringen. Visa upp ditt sträcktidskvitto när du handlar.

Halloumiburgare, falafel-wrap och matiga smörgåsar. Snart kan du mätta din hunger efter målgång till rabatterat pris.

Som kryddan på allt kommer Kristin och Jakob springa med förkläde, så chansen att slå dessa två utmärkta spurtare har aldrig varit bättre!

Lycka till!

HITTA TILL ARENAN

Arena Alsta ligger belägen 15 km från centrala Uppsala. Vägvisning från väg 272 (Gysingevägen) samt från väg 72 (Salavägen).

För den som vill åka kollektivtrafik: Buss 844 går till Åkerby från centralstationen i Uppsala. Det är 4 km från busshållplatsen till arenan på liten bilväg, stick ut tummen så kanske någon snäll orienterare plockar upp dig.

GPS-koordinater: 59.904157, 17.465065

Google maps: <https://goo.gl/maps/K6otQV63L3C2>



TIDSPROGRAM

- 9.00 Servering öppnar
- 9.30 Direktanmälan öppnar
- 9.45 Miniknat & barnpassning öppnar
- 10.00 Första start klasser med startstämpling
- 10.30 Första start lottade klasser
- 12.00 (ca) Första prisutdelning
- 13.54 Sista starttid samtliga klasser
- 13.45 Miniknat & Barnpassning stänger

NÄTVERK PÅ ARENAN

Mobiltäckningen är god på arenan. Vi kommer att sätta upp ett lokalt nätverk för direktanmälan. Detta nätverk kommer ej vara uppkopplat till internet, och du kommer därför inte ha internetuppkoppling när du är ansluten till nätverket. När du anmält dig över nätverket är det därför viktigt att du kopplar ifrån så att du återfår fungerande internetuppkoppling.

DUSCH OCH TOALETT

Varmvattendusch och bajamajor finns på tävlingsarenan.

PARKERING

I direkt anslutning till tävlingsarenan. Avgift 25 kr, betala gärna via Swish. Om parkeringen blir full finns reservparkering 1000 m från arenan längs barnvagnsvänlig väg.

EFTERANMÄLAN

Efteranmälan: Via Eventor senast 2019-04-17 kl 23.59 mot 50 % extra avgift (för ungdomar upp till 16 år gäller ordinare tävlingsavgift).

På tävlingsarenan: Anmälan till Inskolning, U-klasser och Öppna motionsklasser kan ske på tävlingsdagen till ordinarie anmälningsavgift:
-Ungdom (-16 år) 70 kr.
- Vuxna (17 år-) 130 kr.

I varje ungdomsklass finns 5 vakansplatser som tillsätts på tävlingsdagen, ordinarie startavgift. Först till kvarn!

TÄVLINGSINFO PÅ ARENAN

PM, startlistor och resultatlistor anslås på tävlingsarenan. Liveresultat kommer att finnas via <https://liveresultat.orientering.se/>

MINIKNAT & BARNPASSNING

I direkt anslutning till arenan. Miniknat tar alla barn "Jorden runt" och möten med (vilda) djur utlovas, 20 kr. Barnpassning gratis.

START

Start 1	Start 2
900 meter	400 meter
Orange/vit snitsel	Orange/blå snitsel
Elitklasser	Inskolning
HD16-HD70	HD10-HD14
H75	U1-U4
H80	D75-D85
U5	H85
Ö7	Ö1
Ö8	Ö3
Ö10	Ö5

Vägen till start är lättframkomlig nästan enbart på väg. Överdrag kan lämnas vid start och transporteras tillbaka till arenan med en viss fördröjning. Deltagare i klasser med fri starttid kan starta mellan 10.00 och 12.54.

STÄMPLINGSSYSTEM

SportIdent. Eget bricknummer anges vid anmälan. Sportidentbrickor av typen 6, 8, 9, 10, 11 och SIAC kan användas. För SIAC fungerar ej touch. Sportidentbricka kan hyras för 25 kr och hämtas vid sekretariatet. Hyrda stämplingsbrickor återlämnas direkt efter målgång.

KONTROLLDEFINITIONER

Det finns både kontrolldefinitioner tryckta på kartan samt lösa vid starten för den som använder kontrolldefinitions hållare.

LIVELOX

Alla banor publiceras på Livelox från och med respektive sista starttid, du är varmt välkommen att ladda upp din GPS-rutt!

VILTRAPPORT

Rapport om klövvilt i tävlingsterrängen sker i samband med utstämpling i sekretariatet.

MAT OCH SERVERING

Årets marka har ett brett vegetariskt sortiment med halloumiburgare, falafel-wrap och matiga smörgåsar.

Vi har också ett delikat fikautbud påsken till ära med bland annat morotskaka, äppelkaka och Linnébullar. Därtill utlovar kaffeansvarig dessutom att dessa delikatesser kan matchas med olika sorters kaffespecialiteter.

SPORTFÖRSÄLJNING

Letro Sport finns på plats och säljer orienteringsutrustning.

FÖRSTA HJÄLPEN

Hjärtstartare finns i Första hjälpen-tältet på tävlingsarenan, se arenakarta. I tältet finns möjlighet till enklare omplåstring och vidare kontakt med sjukvård.

TÄVLINGSREGLER

SOFT:s gällande tävlingsregler.

KLASSER

Följande klasserändringar är gjorda:

D20 och D80 är strukna

D75+D85 → D75

H35+H21 → H21

H18+H20 → H20

KARTA

Jumkil, nyritad 2017-2018 av Thomas Kampf enligt ISOM2017. Certifierad digitalutskrift.

Skala 1:10 000 för HD10-40, inskolning och U-klasser.

Skala 1:7 500 för HD45 och uppåt samt öppna banor.

Ekvidistans 2,5 m.

TERRÄNGBESKRIVNING

Vuxna

Skogsterräng av mycket skiftande karaktär med förhållandevis svag kupering. De längre banorna inleder i storskog med ett flertal höjdparter.

Under andra delen blir det mycket varierad terräng med både tätare områden och mycket öppen skog. Stenbunden terräng, hyggen samt gallrade partier finns i området. Här blir det fler vägvalsutmaningar och tempoväxlingar.

Avslutningen på banorna går in i ett mycket klurigt område där det gäller att behålla fokus för att undvika försmädlig bom på slutet.

Ungdomar

De kortare ungdomsbanorna kretsar kring små, torra stigar med förhållande god sikt. En gammal kraftledningsgata genomkorsar området.

SNITSLING I TERRÄNGEN

Otydliga stigar förstärks med vit snitsel. En sträcka mellan två kontroller för Inskolningsklassen är uppmärkt med röd/vit snitsel. Sträckan är violett-streckmarkerad på samtliga kartor.

Taggtråd finns i liten omfattning mot slutet av banorna. Denna är förtydligad med snitsel.

TRAFIKERAD VÄG

På väg till sista kontrollen kommer samtliga klasser att passera en väg där biltrafik kan förekomma. Var uppmärksam och passera med försiktighet. Vägvakter finns utmed vägen.

NUMMERLAPPAR

Söndagens medeldistanstävling ingår i Uppland League. Speakerbevakning för klasserna H16 och D16 samt elitklasserna. Nummerlappar för dessa klasser finns vid startplatsen.

LIVEBEVAKNING

Liveresultat kommer att finnas via <https://liveresultat.orientering.se>.

UNGDOMSHJÄLP

Funktionärer finns vid startpunkten och i skogen som stöd för osäkra barn och ungdomar. Skyltar med glada och ledsna gubbar finns som hjälp på inskolningsbanan. I inskolningsklass, U-klasser och Öppen motion är skuggning och löpning i patrull tillåten. Svartvita utskrifts av skuggningskartor finns vid starten för klasserna Inskolning, U1 och U2.

MAXTID

2 h för samtliga klasser.

VÄTSKA

Ingen vätska i terrängen eller efter målgång.

PRISUTDELNING

Prisutdelning sker på tävlingsarenan vartefter klasserna blir klara. Preliminärt börjar första prisutdelning ca 12.00. Deltagare i Inskolning, U1 och U2 får pris direkt vid målgång.

HUVUDFUNKTIONÄRER

Tävlingsledning: Simon Eklöv

Arena: Mats Åberg

Banläggning: Henrik Roos

Bankkontrollant ungdomar: Åsa Hedin

Bankkontrollant vuxna: Mats Troeng

Tävlingskontrollant: Mats Lilja, OK Enen

Tävlingsjury

Emma Jonsson OK Rodhen

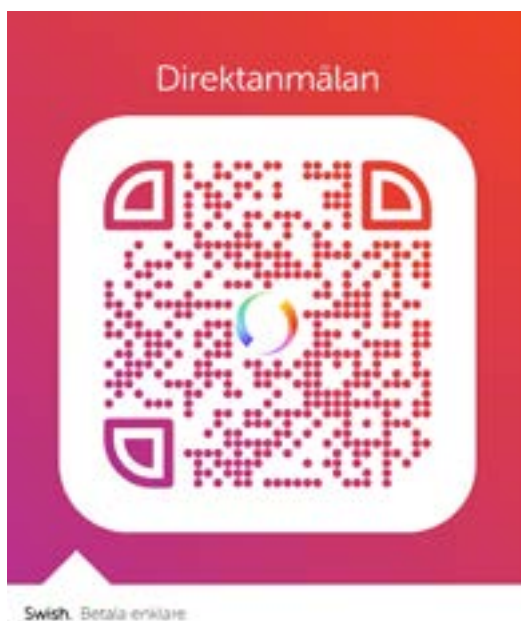
Jenny Westerbergh Rasbo IK

Per-Olof Svensson Länna IF

Varmt välkomna!

SWISHKODER

Betala gärna miniknatet, parkeringen och direktanmälan i förväg!



**Direktanmälan
kostnad:**

**Vuxna 17 år och upp
130 kr**

**Ungdomar upp till 16 år
70 kr**

SWISHNUMMER 123 535 500 12