



## Swedish League # 5 Medeldistans Skogsö-medeln Tävlings-PM Elit-klasser

IOF World Ranking Event

Lördagen den 4 maj 2019

Svart text:

Avser samtliga Swedish League-klasser

Brun text:

Avser enbart W21, M21, D20E, H18E, D18E, H18E

Blå text:

Avser enbart underklasserna E2-E3.

Tävlingsområden

**Skogsö** gäller för W21, M21, D20E, H18E, D18E, H18E

**Erstavik** gäller för samtliga underklasser

Klasser

W21, M21, D20E, H18E, D18E, H18E

Underklasserna E2-E3 beroende på deltagarantal, vilket bestäms i samband med publicering av startlistor.

Banlängder, segartider

**Skogsö, Start 1**

Klass	Banlängd	Segartid	Stigning
W21	5620m	37 min	320m
M21	6620m	35 min	350m
D20 E	4690m	33 min	
H20 E	5560m	33 min	
D18 E	4480m	33 min	
H18 E	4950m	30 min	

W21 har 24 kontroller. M21 har 27 kontroller.

**Erstavik, Start 2**

Klass	Banlängd	Segartid
W21-2	5100m	37 min
M21-2	6510m	37 min
H20 E2	5130m	35 min
D18 E2	4120m	35 min
H18 E2	4590m	30 min



World  
Ranking  
Event



## Karantän

Inomhus i Fisksätra Skola, öppnar kl 8:30. Samtliga tävlande skall ha registrerat sig i karantän senast kl 10:50 då karantänen stänger. Ledare som följer löpare i karantänen ska följa samma regler, och om de lämnar karantän, får de ej återvända.

Teknik som innebär att tävlingen kan följas online eller att information kan inhämtas från onlinesändningen är inte tillåten i karantän.

Enkel sportförsäljning och servering finns i karantän.

## Återbud

Återbud skall alltid lämnas, oavsett hur nära inpå tävlingen det sker. Återbud lämnas till Michael Ahlqvist, på SMS till 070-4422331, men även [michael@momsom.se](mailto:michael@momsom.se). Av meddelandet ska följande framgå: Återbud, namn, klass, tävling. T.ex. "Återbud Johan Johansson H18 Medel".

## Reservtillsättning

Ingen reservtillsättning sker i WM21

Reservtillsättning sker på Arenan vid sekretariatet kl. 09.00. Upprop sker i samband med tillsättningen. Deltagare som inte befinner sig på plats vid aktuell tidpunkt kan inte göra anspråk på reservplats, oavsett skäl till frånvaron. Deltagare kan dock ha representant som svarar vid uppropet.

Ansvarig för reservtillsättningen är SOFT:s arrangörscoach Bo Månsson.

## Nummerlappar

Nummerlappar ges vid incheckning till karantänen, deltagares nummerlapp anges i startlistan.

Klassvis indelning av nummerlappar:

W21	1-100
M21	101-200
D20E	201-300
H20E	301-400
D18E	401-500
H18E	501-600

Ta med egna säkerhetsnålar.

E2/E3 bär inte nummerlappar.

## GPS-enheter

Löpare kan tilldelas GPS-enheter av arrangören för att kunna följa deras lopp under webbsändningen. De löpare som ska bära GPS-enhet kommer att listas på Eventor. Väst och GPS-enhet hämtas vid Förstart.

Det är löpares ansvar att hämta GPS-enheten i tid före start.

GPS-enhet och väst lämnas efter utstämpling i sekretariatet.

### Uppvärmningskarta

För E1-klasser (W21, M21, D20E, H20E, D18E, H18E) finns uppvärmningskarta över ett mindre uppvärmningsområde på väg till Förstart. Skylt efter startsnitsel indikerar när detta område anträds. Karta ges i karantänen.

### Bagage

Bagage lämnas på anvisad plats mellan karantän och start. Bagaget ska märkas med namn, klass, klubb, telefonnummer och nummerlappsnummer (om löpare bär nummerlapp). Bagaget transporteras till arenan och hämtas ut efter tävlingen.

### Överdagskläder

Överdragskläder lämnas vid Förstart (Skogsö) respektive vid start (Erstavik).

### Toaletter före tävling

Toaletter tillhandahålls i karantänen  
Start 1: 4 st toaletter finns i anslutning till Förstart Start 1.  
Start 2: 8 st toaletter finns i anslutning till Start 2.

### Start 1

Orange/vit snitsel, från karantän till start.  
2,39 km från karantän till startplats:  
1,99 km från karantän till Förstart.  
400 m mellan Förstart och startplats.  
870 m till uppvärmningsområde från karantän på väg till Förstart.  
700 m från uppvärmningsområde till Förstart  
Passage av järnvägsövergång finns på väg till Förstart, ta god tid på dig.

### Start 2

Orange/blå snitsel från Arenan.  
2,55 km från Arenan till startplats.

### Startprocedur

8 min före start: Upprop vid Förstart  
Framjogg till start.  
3 min före start: Check och avprickning  
2 min före start: Separat kontrollbeskrivning tillgänglig  
1 min före start: Ingång till kartfålla, karta

### Sen start

Löpare som är sena till start kommer att erbjudas att starta mellan två löpare i samma klass. Ingen tidskompensation utgår vid sen start. Löpare ska anmäla sen start till personal vid starten och följa instruktioner.

### Startlista

Startlista publiceras på Eventor snarast efter resultatet från Swedish League #4 Sprint är sammanställda och lottning genomförd, kvällen den 3 maj.

### Karta och specialtecken

Nyritad karta 2018 av Nils-Göran Olsson enligt ISOM2017.

Skala 1:10000, ekvidistans: 5 m.

Offset-tryck Skogsö-tävlingsområde Kartsam.

Utskrift Erstaviks tävlingsområde. BL-Idrottsservice.



### Kartprov Skogsö

*Kartprov Skogsö*



### Kartprov Erstavik

*Kartprov Erstavik*

## Tävlingsområde Skogsö

### Terrängbeskrivning Skogsö

Måttlig till starkt kuperad skog och ängsmark med mestadels god framkomlighet. På höjderna dominerar lättlöpt tallskog. Tävlingsområdet är stigrikt och i direkt anslutning till bebyggelse.

### Förbjudet område Skogsö

All tomtmark är förbjudet område. Vissa tomtgränser är snitslade med gul/blå snitsel för tydlighets skull.

Kyrkogården är förbjudet område

### Kartvändning Skogsö

Samtliga Swedish League klasser på Skogsö har kartvändning. Vid start erhåller löpare kartfodral innehållande två kartor (vända från varandra). Den karta som används inledningsvis är benämnd; W 21 (1), H20 Elit (1) etc, i tydligt tryck på karta. Löparen vänder själv på kartfodral vid plats där del (1) upphör. Startpunkten på karta (2) är på samma plats som sista kontrollen på karta (1). Kartan som kommer upp efter vändning är benämnd W21 (2), H 20 Elit (2) etc.

### Strandpromenad Skogsö

I slutet av banorna kommer löpare att springa på snitsel mellan två kontroller. Sträckan går dels på pontoner i vattnet samt på en nyanlagd markförankrad brygga. Löpare uppmanas iakttaga försiktighet.

Ver 0.3



World  
Ranking  
Event



## Tävlingsområde Erstavik

### Terrängbeskrivning

Måttligt kuperad terräng. God framkomlighet på höjderna delvis svårforcerat mellan höjdparter. Tävlingsområdet innehåller både vildmark och områden i direkt anslutning till bebyggelse.

### Förstärkningsnittsblad stig

En stig, som berör inledningen av många banor, är förstärkningsnittsblad med vit snitsel. Den vitsnitlade stigen kommer att användas till att springa längs med, för de lättaste banorna.

### Förbjudet område

En viltzon är markerad som "förbjudet område" och utmärks med heldragen gulblå snitsel i terrängen.

Alla ytor som är golfbana är förbjudet område.

Ringleden (bil) runt Fisksätra bostadsområde är förbjuden att beträda.

### Inlöpning Fisksätra

Samtliga banor har lång inlöpning via Fisksätra bostadsområde. Vi ber alla tävlande vara uppmärksamma för cyklister och allmänhet i övrigt vid korsande av gång- och cykelbanor.

### Kontrollbeskrivning

Tryckt på karta och separat tillgänglig vid start.

Kontrollbeskrivningens storlek W21 = 155x43mm, M21 = 170x43mm

### Stämplingssystem

Sportident SI-card 5, 6, 8, 9, 10, 11 och SIAC kan användas. Meddela SI-nummer vid anmälan. Ingen Touch-free.

### Kontrollmarkering

Orange/vit skärm på stativ eller kontrollbockar med dubbla SI-enheter. Kontrollerna sitter mycket tätt i vissa partier. Var noggrann med kodsiffrorna för att undvika felstämpling.

### Vatten

På banan och vid mål samt vid **Förstart (Skogsö)** respektive **startplats (Erstavik)**.

### Regler för klädsel och skor

Heltäckande klädsel gäller. Skor med metalldubb är tillåtna.

### Tävlingsregler

SOFTs tävlingsregler inklusive regler för Swedish League & IOF World Ranking Event, samt detta PM.

### Maxtid

90 minuter.

### Löpare som bryter

De löpare som utgått eller på annat sätt inte passerat mål och avläsning måste gå till Rödutgång och stämpla ut.

### Viltrapport

Lämnas eftermålgång i sekretariatet.

### Resultatredovisning

Resultat anslås på arenan och publiceras på [liveresultat.orientering.se](http://liveresultat.orientering.se), samt Eventor.

### Livesändning, webb

SOFT webbsänder från klockan 11.00, se ytterligare information på [www.orientering.se](http://www.orientering.se). **För löpare är det inte tillåtet att ta del av webbsändningen live.**

Tävlingen kan följas på <https://live.orientering.se>.

Kartor och banor kommer laddas upp till [www.livelox.com](http://www.livelox.com).

### Anmälningsavgift

Svenska klubbar faktureras i efterhand. För utländska löpare måste betalning ske innan start. Om anmälningsavgift inte betalats medges ej start.



Nordea IBAN: SE89 9500 0099 6026 0494 4468  
BIC/SWIFT: NDEASESS  
SWISH: 1234 1255 22, Plusgironr: 49 44 46-8

Ange namn, klubb och tävling vid betalning. Betalning på plats kan göras vid direktanmälan, med kort eller kontant i SEK eller Euro, växel kan endast fås i SEK.

**Speaker och invigning**

Speaker är Per Forsberg. Firande av orienteringssporten 100 år sker i samband med prisutdelningen efter att Swedish League-tävlingen är avslutad.

**Ledarstol**

Under tävlingen kommer de som för tillfället leder i klasserna WM21 få plats på scenen för att publiken ska se vem som är i ledning. Ny ledare ombeds att utan dröjsmål ta plats i ledarstolen.

**Priser**

Prisceremonier kommer att hållas på scenen för samtliga Elitklasser efter genomförd tävling och ropas upp av speakern. Ej hämtade priser tillfaller arrangören.

**Toaletter efter tävling**

Vid arenan, se separat Arenaskiss.

**Servering vid arenan**

Varm mat med internationell inspiration serveras av Fisksätra Idrottsföreningar med start kl 10.30. Järila Orientering erbjuder ett café på arenan, öppnar klockan 9.00.

**Första hjälpen**

Vid arenan, se arenaskiss.

**Publiktävlingar**

Se inbjudan och separat PM. Första start kl 10.00.

**Barnpassning**

På arenan från klockan 9.30. Maxtid 2 timmar. Lägsta ålder 2 år.

**Jury**

Juryns arbete leds av IOF:s Event Adviser Bo Månsson, dock utan rösträtt. Se vidare tävlingsorganisation nedan.

**Avlysning**

Tävlingsområdet är strikt avlyst och förbjudet att vistas i för löpare till dess att tävlingarna är avgjorda. Undantag gäller för Saltsjöbanan och Saltsjöbadsleden. Se Eventor.

**Duschar**

Varmvattendusch utomhus i direkt anslutning till arenan.

**Försäljning av sportartiklar**

Försäljning av orienteringsutrustning från OL-specialisten.



<b>Tävlingadministration</b>			
Tävlingsledare	Per Lembre	+46 70 2612112	per.lembre@gmail.com
Bitr tävlingsledare	Ola Henriksson	+46 73 3922229	ola.henriksson@mercur.se
Banläggare	Anders Asplund	+46 70 5872305	anders.asplund@coor.com
Tävlingsadminstration	Michael Ahlquist	+46 70 4422331	michael@momsom.se
Presskontakt	Fredrik Trahn	+46 70 9136796	fredrik.trahn@gmail.com
Kartritare	Nils-Göran Olsson		
Bankkontrollant	Jan Bojling, Solna OK	+46 70 7555104	jan.bojling@telia.com
Bankkontrollant	Annika Svensson, Solna OK	+46 70 6342971	annika.svensson@swedbank.se
<b>Banläggningscoach Järla</b>	<b>Olle Boström (Skogsö)</b>		
Kartkontrollant	Carl Bachman		
Ansvarig SOFT Swedish League	Henrik Skoglund	+46 73 2558480	henrik.skoglund@orientering.se
SOFT arrangörscoach och IOF Event Adviser	Bosse Månsson	+46 70 5392888	bo.mansson@seaside.se
IT Coach	Samuel Henriksson	+46 70 4440728	<a href="mailto:samuel.henriksson@agero.se">samuel.henriksson@agero.se</a>
Jury ordförande	Lars Segerman Stockholm	+46 70-756 76 20	segerman.lars@gmail.com
Jury ledamöter	Agneta Hallberg Jönköping	+46 72-9746366	agneta.hallberg.hansson@gmail.com
	Olli Turakainen, Helsingfors,	+358-40-1467074	olli.turakainen@cargotec.com
Markägare	Erstavik, Nacka Kommun, Stena Fastigheter		

## Välkommen till Skogsö-medeln önskar Järla Orientering!

Tack till Nacka kommun och  
vår sponsor:



Ver 0.3



World  
Ranking  
Event