



IFK LIDINGÖ SOK

KRETSTÄVLING 2 I UNGDOMSSERIEN 2019

KRETS: Norr 1

Tisdag 14 maj

PM

Samling	Fågelöuddebadets parkering, Lidingö. Följ skyltar mot Elfvik - första avfarten efter Lidingöbron. Vägvisning från Elfviksvägen – avtaget mot Fågelöuddebadet, ca 7 km från bron.
Allmänna färdmedel	Buss 204 från T-bana Ropsten till hållplats Fågelöuddevägen. Därifrån ca 800m promenad norrut.
Parkering	Vid badet i anslutning till arenan – välj den bortre parkeringen. Se upp för löpare på väg till start!
Stämplingssystem	Sportident
Klasser	Inskolning, U1, U2, U3, U4, D10, H10, D12, D12 Kort, H12, H12 Kort, D14, D14 Kort, H14, H14 Kort, D16, D16 Kort, H16, H16 kort
Karta	Elfvik, 1:10 000, ekvidistans 5 m. Reviderad 2018 av Mårten Bodström. ISOM 2017. Svartvita skuggkartor för inskolning och U-klasser, skuggare medtag egen plastficka.
Terräng	Stigrikt med inslag av kulturmark. Svag kupering. Framkomligheten mestadels mycket god. Otydliga stigar som påverkar de kortare banorna är vitsnitslade.
Vägpassage	Längre banor passerar en mindre väg, iakttag uppmärksamhet.
Extra stig	På kartan har det tryckts en kort extra stig i lila färg som i naturen är vitsnitslad.
Hänsyn!	Området är flitigt utnyttjat av cyklister, hundägare och ryttare. Ömsesidig hänsyn gäller. Större stall har informerats men ta det lungt vid ev. möten med häst.

Alfrida Stormen Alfrida slog hårt mot den norrsluttande skogen och stora rotvältor kan förekomma i skogen. Undvik om möjligt att springa under/i vältor. Vältor är inte redovisade på kartan.
Upprensningsarbeten har pågått hela våren och vissa släpstigar kan ha uppkommit.
Stigar och vägar är upprepade och väl framkomliga.

Start Första start 18:30. Avstånd från Arenan ca 500m. Orange/vit snitsel.
Startstämpling i U-klasser och inskolning.
Normal startprocedur. Lösa definitioner erbjuds. Definitioner också tryckta på kartan.

Banlängder					
Klass	Längd	Klass	Längd	Klass	Längd
H16	5100m	H16K	3200m	U4	3200m
D16	4200m	D16K	3200m	U3	2800m
H14	3800m	H14K	2800m	U2	1900m
D14	3800m	D14K	2800m	U1	2000m
H12	2500m	H12K	1900m	Inskolning	1800m
D12	2500m	D12K	1900m		
H10	2100m				
D10	2100m				

Service Toalett och badstrand med hopptorn.

Servering Badets kiosk är öppen med klassiskt badstrandsutbud: Glass, kaffe, hamburgare, läsk etc. Stöd vår lokala entreprenör!

Tävlingsledare Pär Lilja (0761 885 771 – par.lilja@gmail.com)

Banläggare Pär Lilja

Övrigt Arrangemanget är ett projekt i Ungoteket – huvudfunktionärerna är ungdomar.