



PM

Lämmeltåget  
Söndagen den 26:e maj  
Ingår i Pölder OL Cup



Samling	Arena Hultetskolan
Parkering	<p>OBS! Vi kommer i första läget använda Nyhemsskolan till parkering, därefter hänvisas bilar vidare upp till Hultetskolan. Respektera detta och försök inte komma närmare Arenan.</p> <p>Skärmvisning från Sörängsrondellen, riksväg 31/40/47. Därefter vägvisning från Sörängsvägen in på Norrhagagatan.</p> <p>Vänligen föränmäl buss.</p> <p>Från parkering till arena, max 600 m. Följ blå/vit-snitsel.</p>
Karta	Ingsberg-Sörängen. Skala 1:4 000. Ekv 2,5 m. Ritad 2018. Ritad i sprintnorm. Kartritare P-O Derebrandt. Lasertryck.
Tävlingsområde	Bostadsområde med parkinslag. Dessutom några små skogsområden. Svag kupering. Mycket god framkomlighet. <b>Tänk på att det kan köra bilar på vägarna.</b>
Förbjudet område	<b>All tomtmark är förbjudet område.</b> Visa hänsyn till boende i området. Se även separat information om sprintregler.
Klädsel	<b>OBS! Heltäckande klädsel gäller.</b>
Lagkuvert	Hämtas på arenan. Lagändring inlämnas <b>senast</b> 10.00 till sekretariatet. Vi rekommenderar att ni så långt som möjligt använder era egna pinnar.
Varvning	Ett antal banor passerar precis nedanför Arenan. Speakern kommer tala om när det är dags. Det är helt ok att heja på löparna, men tänk på att man inte får hjälpa till. Det är också förbjudet att stå så nära kontrollen att den inte syns. Respektera de avspärningar som finns.

Växling	<p>En fälla för växel, en fälla för målgång. Kolla gärna innan så att du vet vilken fälla du skall springa i.</p> <p>Fram till klockan 10.15 är det fritt fram att gå i fällorna. Självklart kollar ni inte på kartorna, men det är ok att kolla var din karta hänger.</p> <p>Extra kartor för löpare på sträcka 2 i Klass C finns i separat låda på väg till startpunkten. <b>En</b> karta finns uppsatt för samtliga lag.</p> <p>Även skuggkartor för klass C finns på väg till startpunkten. <b>Vi räknar med 1 skuggkarta per lag</b> (således växla över skuggkartan till nästa skugga om du inte skuggar alla sträckor). Tack för att ni hjälper oss att hålla nere antalet utskrivna kartor.</p>															
Målgång	<p>Var noga så att du springer i rätt fälla. Vid spurtstrid för de första lagen avgör måldomare ordningen. Mållinjen ligger strax före målvagnen och är uppmärkt. Målstämpling i växlingsfällan är ej giltig.</p>															
Nummerlappar	<p>Skall bäras av samtliga löpare fäst på bröstet. Säkerhetsnålar tillhandahålls av löparen självt.</p>															
Stämpling	<p>SportIdent. Nollning vid inpassering till start-/växlingsområde. Förlorad hyrbricka debiteras med 250 kr.</p>															
Kontroller	<p><b>Kontrollerna sitter mycket tätt. Och det är många kontroller på varje bana så håll koll så att du hittar alla kontroller.</b></p> <p><b>Var noga med att kontrollera kodsiffrorna.</b> Tänk också på att inte stämpla för fort. Invänta ljud- och ljusbekräftelse.</p>															
Banlängder	<p><b>Klass A – Start 10.30</b> I laget får ingå max två H15/16-löpare. Båda könen skall vara representerade med minst två deltagare. Minst en deltagare ska vara D/H-12. Spridningsmetod tillämpas.</p> <table> <tr> <td>1</td> <td>2,2 km</td> <td>Gul</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>2,0 km</td> <td>Vit</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>1,3 km</td> <td>Grön</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>2,6 km</td> <td>Orange</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>2,2 km</td> <td>Gul</td> </tr> </table>	1	2,2 km	Gul	2	2,0 km	Vit	3	1,3 km	Grön	4	2,6 km	Orange	5	2,2 km	Gul
1	2,2 km	Gul														
2	2,0 km	Vit														
3	1,3 km	Grön														
4	2,6 km	Orange														
5	2,2 km	Gul														

### **Klass B – Start 10.45**

Fri lagsammansättning. Maxålder 16 år.

1	2,0 km	Vit
2	1,3 km	Grön
3	2,4 km	Gul

### **Klass C – Start 11.00**

För deltagare till och med 12 år. Upp till tre deltagare tillåts på sträcka 2. Ledare får medfölja som skugga på samtliga sträckor.

1	1,3 km	Grön
2	1,3 km	Grön
3	1,3 km	Grön

Omstart	Meddelas av speakern.
Prisutdelning	De tre främsta lagen i respektive klass. Vandringspris i Klass A, 2018 – 2022.
Toaletter	Toaletter i anslutning till arenan.
Dusch	<b>Ingen dusch på Arenan.</b> Hänvisas till Lövhults Motionsgård. Ordinarie vägs skyltning från vägen Nässjö – Eksjö, riksväg 31/40/47. Ca 4 km bilväg.
Servering	Enklare servering.
Tävlingsregler	SOFT:s
Jury	Lars Kreutner, SOK Viljan Linda Nordin, Eksjö SOK Mikael Trofast, Jönköpings OK
Tävlingsledning	Tävlingsledare Måns Lennermo, 076 - 117 38 60 Banläggare Magnus Svensson, 070 - 642 61 91 Elin Svensson, 073 – 804 76 26 Bankontrollant Stefan N-Djurstedt, Eksjö 073 - 075 03 00 Tävlingskontrollant Sven-Åke Karlsson, IKHP 070 - 246 22 30