



PM

SNO KM lång - 2 juni, 2019

Ingår i SNO klassikern

Arena	Sandtorpsbadet. 5 km väster om Nykvarn. Skärm längs vägen (Karlslundsvägen) mellan Nykvarn och Svartbro. GPS-koordinater: 59.183563, 17.354794 https://kartor.eniro.se/m/7Krfg
Parkering	I anslutning till badplatsen Parkering längs med väg. OBS! Parkera i körriktningen.
Efteranmälan	Det går bra att anmäla sig på plats. Det finns några extra kartor i varje klass. "Först till kvarn"
Karta	Reviderad hösten 2018 enligt kartnorm ISOM 2017 av Anders Wisén. Ekvidistans 5 m. Skala 1:10 000 utom för H/D40- som har 1:7 500. (Klass H40 kartan tryckt på båda sidorna, skala 1:10 000 ena sidan och 1: 7 500 andra sidan)
Terrängbeskrivning	Skogsmark bestående av i huvudsak tallhed samt detaljrika höjdparter. Mindre partier av granskog, gallrad ungskog samt tätare ungskog förekommer. Området har ett stig- och vägnät av normal omfattning. Kuperingen är svag till måttlig. Sankmarker förekommer i ringa omfattning.
Kontrollbeskrivningar	Lösa vid starten.
Stämpling	Sportident
Kontroller	Skärmar med hängande SI-enheter
KM-regler	Minst 2 startade i klassen för att bli KM-segrare. Sammanslagning av klasser kan bli aktuell.
Klasser och banlängder	Bana A: 7,8 km, Blå (H17-39, Ö8) Bana B: 5,9 km, Blå (D17-39, H16, H40, Ö7) Bana C: 5,1 km, Blå (D16, D40, H50, Ö6) Bana D: 4,5 km, Blå (D50, H60, Ö5) Bana E: 3,2 km, Orange (D14, H14, Ö4) Bana F: 3,4 km, Blå (D60-, H70-, Ö3) Bana G: 2,4 km, Gul (D12, H12, Ö2) Bana H: 2,7 km, Vit (D10, H10, Ö1) Bana I: 1,6 km, Grön (Inskolning)

Sammanslagning av klasser	D 60 och D 70 är sammanslagna till D 60.
Start	Fri starttid mellan kl. 10.00-11.00. Minst 2 min startmellanrum för löpare i samma klass och minst 1 min startmellanrum för löpare på samma bana. Avståndet från Arena till start är 600 meter. Följ orange-vit snitsel längs med asfaltsväg.
Mål	Utbrutet mål på samma ställe som starten. Glöm inte bort att målstämpla. Samma väg som till starten nyttjas. Se upp för trafik vid korsande av väg!
Max tid	Max löptid är 2 timmar
Priser	Delas ut efter tävlingen till KM segrarna i respektive klass.
Dusch/Toalett	Våteklut (eller bad). Finns ingen toalett att tillgå (skogen).
Omplåstring	Plats för omplåstring finns på Arenan.
Servering	Efter genomförd tävling kommer det att bjudas på grillad korv och bulgursallad samt efterrätt. OBS! Medtag egen tallrik, bestick och mugg. Vill ni ha annan dryck än saft så medtages det.
Tävlingsledare/ Upplysningar	Tomas Fagerstedt, e-post: tomas.fagerstedt@hotmail.com , mobil: 0709-952670
Banläggare	Tore Eklund

Välkomna till årets SNO-KM!