TÄVLINGS-PM
TILL RAVINENS TREKVÄLLARS 1-3 JULI 2019

Arena: Tävlingsarenan ligger i anslutning till Ravinens klubbstuga vid Hellasgården, på höger sida av vägen om man kommer från stan.

Transport: Tävlingsarenan nås enklast med buss 401 från Slussen, avstigning vid TC. Avgång minst var tionde minut, ca femton minuters resa. Tillbaka till Slussen går bussen med 20-minuterstrafik från kl. 21. Det går även buss från Handen, Tyresö och Nacka Forum mer sällan, se www.sl.se.

Cykel är ett utmärkt alternativ. Den fina cykelbanan Sickla-Älta rekommenderas. Det är också tillåtet att ta sig till arenan med cykel från alla håll förutsatt att resan görs för att ta sig till TC direkt.

Bilparkering: I mån av plats på Hellasgårdens parkeringsplats, betalas i parkeringsautomat.

Stämpling/SI: Tävlingen använder Sportident som stämplingssystem. Om löparen ej registrerar egen bricka vid anmälan kommer löparen att tilldelas en hyrbricka. Vid ändring av bricka tillkommer en administrativ avgift på 25kr. Avgift för hyrbricka är 30kr/dag. Ej återlämnad bricka debiteras 600kr.

Karta: Nyritade utsnitt ur Nackareservatet-Erstavik enligt nya ISOM2017-normen. Skala 1:7 500 för HD45 och äldre. Skala 1:10 000 för övriga. Ekvidistans 5m. kodsiffror tryckta på kartan bredvid kontroll-nummer.

Direktanmälan/öppen motion: Direktanmälan till Öppna Motionsklasser sker på arenan 17.00-19.00 och start kan ske 17.30–19.30. Startstämpling används. Avgift för direktanmälan är 140kr per dag för vuxna och 70kr för ungdomar.

Terrängbeskrivning: Måttligt kuperad terräng med en hel del stigar. Framkomligheten är mestadels god till mycket god. Området är mycket välanvänt av vandrare, joggare och cyklister. Det finns mängder av korta stråk som ibland kan uppfattas som stigar som inte är med på kartan. Stigar som är med på kartan är mestadels tydliga men kan där berget går i dagen vara svåra att uppfatta och följa exakt.

Terrängkännedom: Tävlingen avgörs i områden som är välkända för många av deltagarna. De regler som normalt gäller för terrängkännedom på orienteringstävlingar är inte applicerbara här och denna tävling skulle inte vara möjlig att genomföra om vi tolkade reglerna slaviskt. Här är alla välkomna alldeles oavsett förutsättningar. Vår ambition är att bjuda på trevliga orienteringskvällar och inte på resultatfokus i första hand.

Etapper: Tävlingen består av tre etapper där den sammanlagda tiden ger totalresultatet. Etapp 1 och 3 är långdistans, Etapp 2 är medeldistans. Går även att delta på enskild etapp.

Start: Valfri starttid på hel minut i alla klasser mellan 17.30 och 19.30. Målgång senast 20.45, då målet stänger.

Avstånd till start:

Etapp 1 -	2200m	Stor stig/väg
Etapp 2 -	2500m	Stor stig/väg
Etapp 3 -	1100m	Stor/liten stig

Mål: Samtliga etapper har utbrutet mål.

Avstånd från mål:

Etapp 1 -	1400m
Etapp 2 -	1400m
Etapp 3 -	100m

Servering: Servering med både drycker, godsaker och mer matiga alternativ erbjuds.

Ombyte/dusch: Dusch och ombyte i anslutning till Ravinens klubbstuga.

Banläggare: Ruslan Glebov
Tävlingsledare: Kjell Almgren

Varmt välkomna!

