

Lerums SOK
inbjuder till
Distriktsmästerskap i Långdistans för Göteborg
söndagen den 1 september 2019

Klasser

D10	H10	D21	H21	ÖM1	INSK
D12	H12	D35	H35	ÖM3	U1
D12K	H12K	D40	H40	ÖM5	U2
D14	H14	D45	H45	ÖM6	
D14K	H14K	D50	H50	ÖM7	
D16	H16	D55	H55	ÖM8	
D16K	H16K	D60	H60	ÖM9	
D18	H18	D65	H65		
D20	H20	D70	H70		
D17-20K	H17-20K	D75	H75		
D21K	H21K	D80	H80		
		D85	H85		

Banlängder enligt SOFT's rekommendationer.

Exakta banlängder kommer i separat dokument på Eventor närmare tävlingsdagen.

Sammanslagning av klasser kommer att ske vid inga eller för få anmälda (för att uppnå mästerskapskriterier) och meddelas i PM

Arena

Kåhögs gård i Kåhög, Partille

Vägvisning från E20 Jonseredsmotet, därifrån ca 1 km till parkering

Kollektivt - Buss 519 från Partille station till Kåhögs Gård, därifrån max 500m gångväg. Restid 5 minuter med avgång var 30 minut (8.17, 8.47, 9.17, o s v)

Parkering

Parkering invid arena på Kåhög Gårds marker. Avgift 20 kr.

Anmälan

Via Eventor, senast söndag 25 augusti, klockan 23:59, därefter efteranmälan mot 50% förhöjd anmälningsavgift, fram till torsdag 29 augusti, klockan 23:59.

Anmälan kan i undantagsfall göras till Tävlingsledare: soren.sturesson@telia.com

Direktanmälan

Till Öppna Motions klasser, Inskolning och U-klasser kan anmälan göras på Arenan mellan klockan 09:00 – 11:00

Anmälningsavgifter

DM-klasser: H/D10 – H/D16 90 kr, övriga 155 kr

Inskolning, Kortklass samt Öppen motionsklass: Ungdomar t.o.m. 18 år 80 kr, övriga 145 kr

För svenska klubbar faktureras anmälningsavgiften i efterhand. Utländska klubbar betalar på tävlingsdagen i sekretariatet.

Avgifterna inkluderar för DM-klasserna 10 kr i plakettavgift. Hyra av SI-pinne 30 kr. Ej återlämnad SI-pinne debiteras med 400 kr

Startlista

Publiceras på Eventor och anslås på Arenan och vid start



Start

Avstånd till start max 800 meter (exakt längd meddelas i PM)
Första ordinarie start, klockan 10:00. Efteranmälda startar före
Inskolning, U- och ÖM klasser har fri starttid mellan 10:00 – 11:30

Miniknat

Start mellan 10:00 – 11:30, i anslutning till Arenan. Kostnad 20 kr

Karta

Utdrag ur Kartdatabas Aspen. Grundmaterial från 2006, reviderad 2012 och mindre revisioner därefter.
Västra delen, nyritad inför 10-mila 2017, delvis reviderad 2019.

Skala: 1:15 000 i klasserna D/H18-21
1:10 000 i D/H10-16, D/H35-40, inskolningsklass och utvecklingsklasser, samt ÖM9
1:7 500 i D/H45 och äldre, samt i öppna klasser förutom ÖM9

Terrängbeskrivning

Mestadels vildmarksbetonad terräng med inslag av öppen tallskog. Grönområden och hyggen förekommer i liten omfattning. Kuperingen är måttlig och framkomligheten är mestadels god. Några kraftiga sluttningar förekommer.

Vätska

Vätska erbjuds på de längre banorna. Vid varm väderlek även vid start

Stämplingssystem

Sportident. Om bricknummer inte anges i anmälan, tilldelas löparen automatiskt hyrbricka

Service

Servering, Varmdusch utomhus, Första hjälpen, SM Sport Sportförsäljning, Barnpassning

Fotografering

Under tävlingen kommer fotograf att ta bilder, både i skogen och på/kring Arenan. I och med anmälan godkänner man samtidigt att bilder kan publiceras på tex LSOKs hemsida, Eventor och sociala media. Om någon inte accepterar detta måste det meddelas Tävlingsledare per mejl *i god tid* innan tävlingen

Övriga distrikt

Löpare från andra distrikt är välkomna att springa, men endast löpare från Göteborgs kan bli distriktsmästare.

Ansvariga

Tävlingsledare	Sören Sturesson	0736 59 12 05	soren.sturesson@telia.com
Banläggare	Claes Hagstrand		
	Jonas Axelsson		
Bankontrollant	Krister Strand	OK Landehof	
Tävlingskontrollant	Bengt Kvarnström	OK Landehof	

Upplysningar

Via Eventor <https://eventor.orientering.se/Events/Show/21902> eller tävlingsledningen

Välkomna önskar Lerums SOK



Miramar erbjuder fisk och skaldjur för alla tillfällen
www.miramar.se