



PM Motionsorientering

Tuvevallen/Hisingsparken 5 aug 2019

Banlängder	Öppen 3 (lätt) 3,0 km, 6 kontroller Öppen 5 (medelsvår) 3,5 km, 11 kontroller Öppen 7 (svår) 3,8 km, 11 kontroller Öppen 8 (svår) 5,0 km, 16 kontroller
Samling	Tolereds AIKs klubbstuga vid Tuvevallen.
Parkering	Kommunal P vid Tuve ishall 5 kr/h P-app eller kort.
Cykla	Går alldeles utmärkt, parkering vid samlingen.
Kollektivtrafik	Buss 17 till ändhållplatsen Hinnebäcksgatan därifrån ca 400 m promenad.
Karta	Hisingsparken reviderad 2018 av Maths Carlsson. Skala 1:7500.
Terräng	Stigrikt parkområde med mestadels god framkomlighet. För längre och svårare banor kan det förekomma kuperade partier med lägre framkomlighet.
Förbjudet område	4H-gården som passeras på slutet av banan har lägerverksamhet. Undvik att springa inne på gården (markerad som förbjudet området på kartan). Det finns vägval både till höger och vänster om gården. Se bilaga.
Start	Startstämpling, fri starttid mellan kl 18:00 – 19:00. Start vid arena. Kontrollerna börjar plockas in kl. 20:00. Viktigt att ni passerar målet även om ni utgått.
Avgift	60 kr för vuxna, 40 kr för ungdom upp till 16 år. Betaling helst med SWISH till Tolereds AIK 123 032 22 06 alternativt jämna kontanter.
Kontrollkoder	Kontrolldefinitioner finns tryckta på kartan.
Elektronisk stämpling	SportIdent, stämplingsbricka finns att låna. Lånad bricka lämnas tillbaka direkt efter utläsning vid målgång. Ej återlämnad bricka debiteras med nyanskaffningsvärdet 400 kr.
Instruktörer	Instruktörer finns på plats för att förklara grunderna i orientering.
Resultat	Namn och tid publiceras på Eventor
Livelox	Banorna publiceras på Livelox efter avslutat event (se länk från Eventor). Använd gärna GPS-klocka eller Livelox-appen i din telefon för att spela in hur du sprungit. Det går att lära sig mycket på att se sig själv efteråt och även titta på hur andra löst samma bana.
Eventor	https://eventor.orientering.se/Events/Show/26393
Banläggare	Kristian Narbro Porath

Fler tillfällen i Tuve

Det är motionsorientering i Tuve alla måndagar i augusti. Välkommen tillbaka 12/8, 19/8 och 26/8.

Prova på-träningar

Tolereds AIK ordnar två kostnadsfria prova-träningar för barn och ungdomar i höst den 5/9 och 19/9 kl. 18-19.

Kontakta Åsa för mer info:
cliffordson@yahoo.se

Mer motionsorientering

På onsdagar är det motionsorientering i Skatås. (arrangeras av andra klubbar)

För mer info se:
www.motionsorientering.se

Bilaga: Passage av 4H-gården

Det finns möjlighet att springa både till vänster och höger om 4H-gården som har lägerverksamhet den här veckan:

