



PM

DM Medeldistans för Stockholm

Lördag 31 augusti 2019

Välkomna till DM-helg på Bogesund! På söndagen arrangerar Waxholms OK och Vallentuna Össeby OL DM Långdistans för Stockholm och Uppland på samma arena.

SAMLING

Broknäs på Bogesundslandet. Vägvisning från väg 274 Vaxholmsvägen 8 km NV om Vaxholm. Därifrån 4 km bilväg till arenan. Kollektivtrafik: buss 670 från Tekniska högskolan mot Vaxholm. Byte till buss 681 vid Kulla vägskal. Kliv av vid Ekevägen, därefter 300 m till arenan. Se sl.se för aktuell tidtabell.

PARKERING

Enligt anvisning. Det är ont om parkeringsplatser så samåk gärna! Avstånd parkering - arena 100-1100 m. Avgift 30 kronor. Avgiften via Swish 070 461 23 97 (Christer Arksand) eller jämna pengar. QR-kod finns på sista sidan.

DIREKTANMÄLAN

Direktanmälan kan köpas för Öppna motionsklasser 1,3,5, 7och 8, Inskolning och U-klasser U1-U4 kl. Anmälan på arenan 10.30-12.30. Avgifter: 75 kr för ungdomar tom 16 år, övriga 150 kr. Brickhyra: 30 kr. Förlorad hyrbricka debiteras med 400 kr.

TERRÄNGBESKRIVNING

Terrängtyp: Skogsmark med ett mindre antal vägar och stigar som i stort är sammanhängande. Ett antal skogsbevuxna sankmarker finns inom området. Höjdpartierna är i allmänhet småkuperade uppe på och har växlande detaljrikedom i sluttningar. Några partier är mer sönderskurna med ett flertal branter. God framkomlighet. Vegetationen består huvudsakligen av gles barrskog av varierande ålder.

FÖRBJUDNA OMRÅDEN

Förbjudna områden är markerade med violett raster på kartan. Gränsen är delvis snitslad, vilket markeras med heldragen begränsningslinje på kartan

START

Första ordinarie start kl. 11:00 för lottade klasser. Tiden är senarelagd efter samråd med jaktlaget i området. Efteranmälda lottas in tillsammans med ordinarie anmälda.

Öppna motionsklasser, Inskolning och U-klasser har valfri starttid mellan kl. 11.00–13.00. Start sker från två startplatser. Läs nedanstående stycke noga för att hitta till rätt start.

Start 1 gäller för följande klasser: H21, D21, H20, H18, HD16, HD14, HD12, HD10, HD16K, HD14K, HD12K, H35, H40, H45, U1-U4, Inskolning och ÖM 1, 3, 5. Följ orange/vit snitsel, avstånd ca 900 m längs trafikerad väg och därefter stig. Ingen toalett vid start. Transport av överdragskläder från start till arena.

Start 2 gäller för övriga klasser: Följ orange/blå snitsel ca 600 m längs stig. Ingen toalett vid start. Transport av överdragskläder från start.

MAXTID

90 minuter

NUMMERLAPPAR

HD16, HD18 och HD21. Självservering vid start, tag med egna säkerhetsnålar. Speakern följer UP och Stockholms Skogskarlars juniorpris

STRUKNA KLASSER

Följande klasser utgår: D12K och D85

KARTA OCH BANOR

Karta nyritad 2015-19 av Norrkartor.

Skala 1:10 000 för HD10-40, inskolnings- och U-klasser samt ÖM 1 och ÖM 3. Klasserna HD45 och äldre samt ÖM 5, 7 och 8 har skala 1:7500. Ekvidistans 5 m. Utskriven hos BL Idrottsservice.

Kontrollbeskrivningar finns tryckta på kartan och lösa vid start.

Sportident används som stämplingssystem, töm och check sker vid start.

Skyltar med glada och ledsna gubbar finns uppsatta längs banan för Inskolning.

Skuggning är tillåten i klasserna Inskolning, U1, U2, U3 och U4. Kartor för skuggning finns vid starten.

Några otydliga stigar i området närmast arenan är vitsnitslade. En tillverkad stig är markerad med violett på kartan och snitslad med vit snitsel i terrängen. Några större nedfallna träd som blockerar stigar som används på ungdomsbanor är markerade med ett mörkgrönt streck på kartan och vägen runt trädet är vitsnitslad.

Kontrollerna sitter tätt, kontrollera kodsiffran noga.

PRISER/PRISUTDELNING

DM-plaketter till placering 1-3 i HD 10-21 och till segrarna i HD 35-85.

Priser till de främsta i klasserna HD10-HD21. Antal priser per klass och tid för prisutdelning anslås på arenan.

Segrarna i HD35-HD85 får en startplats till löpartävlingen UrsvikXtreme 2020.

Priser direkt vid målgång till Inskolning och U-klasser.

TOALETT/DUSCH

Toaletter finns i anslutning till arenan och i damduschen.

Dusch med varmvatten. Vi ber er att endast använda ekologisk tvål som tillhandahålls av arrangörerna.

SERVICE

Miniknat: kl.10:30-13.00. Kostnad 20 kr. Swish eller kontant (jämn peng).

Barnpassning: I anslutning till arenan, vid miniknattet. Öppet 10.30-13.00. Kostnad 20 kr, Swish eller kontant (jämn peng). Blöjfria barn över 2 år tas emot.

Servering med grillade hamburgare, wraps, korv, toast, soppa, smörgåsar, hembakat, frukt, godis samt varm och kall dryck. Vegetariska alternativ med soppa, toast eller wraps med falafel. Ta gärna med din egen mugg för kaffe och te.

Sportförsäljning: Orienteringsspecialisten

Första hjälpen, Vaxholms Civilförsvärsförening finns på plats med HLR och hjälp vid lättare omplåstring.

TÄVLINGSREGLER

SOFT:s tävlingsregler gäller tillsammans med StOF "Bestämmelser för DM i Stockholm". Tävlade som avbryter lopp måste passera mål för utstämpling och avläsning.

ÖVRIGT

Tävlingen ingår i Stockholms ungdomspriser (UP) och Stockholms Skogskarlarls juniorpris för Stockholm.

TÄVLINGSLEDNING

Tävlingsledare: Thomas Widehag, thomas.widehag@outlook.com, 070-315 79 86

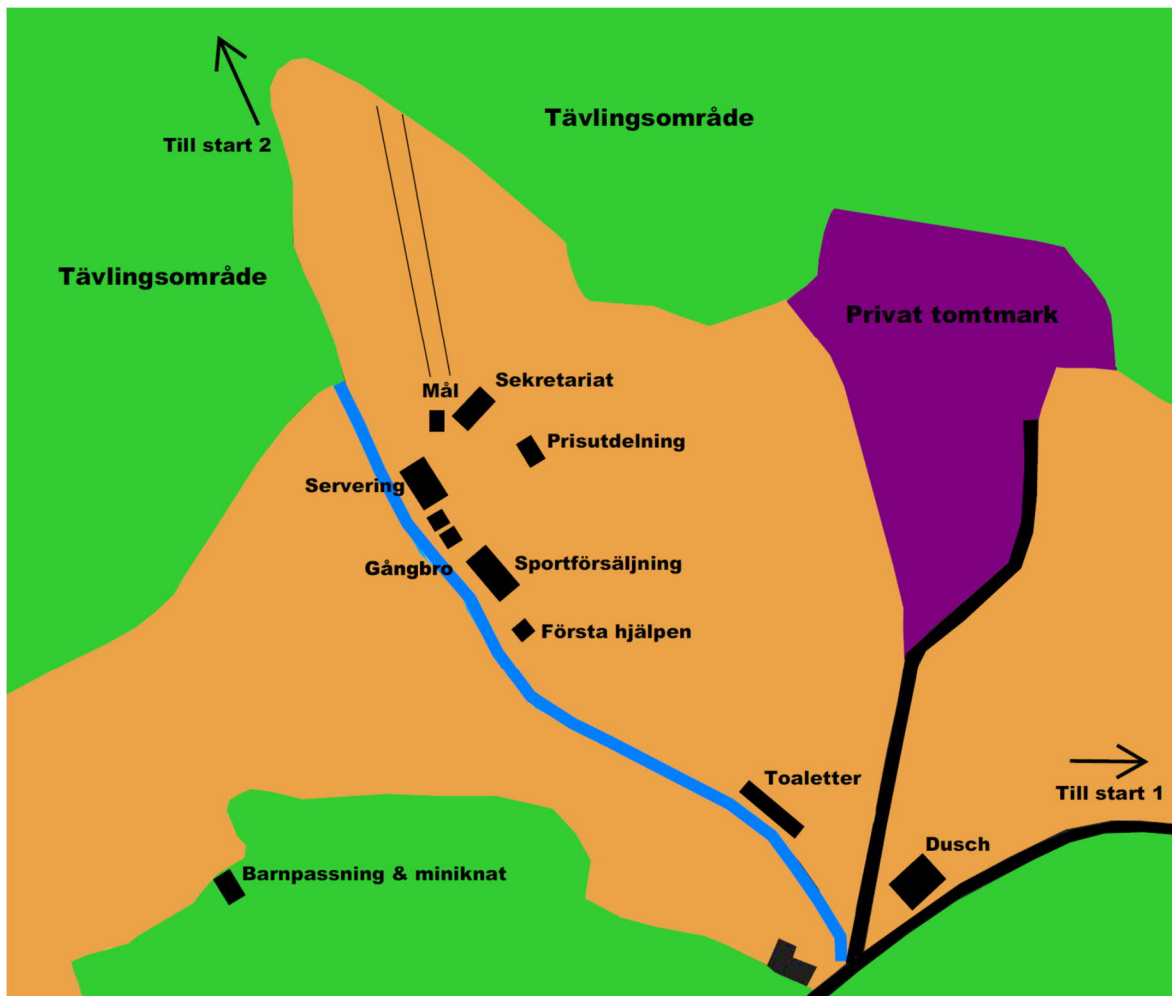
Banläggare: Ulf Hansson och Ronny Falk Sundbybergs IK

Tävlingskontrollant: Mia Bratt, Tullinge SK

Tävlingsjury: Lena Buhre Attunda OK, Oskar Karlin Centrum OK, Jan Frödin, IFK Enskede

VARMT VÄLKOMNA!

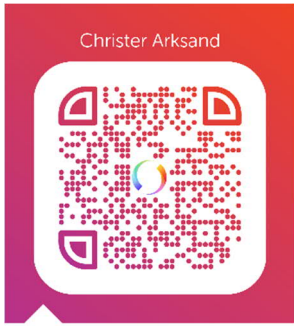
ARENA LÖRDAG



TACK TILL VÅRA SPONSORER:



SWISH PARKERING: 070 461 23 97



Swish. Betalningarna.