



**PM Rallarsvängen 2019**  
**Stennäs den 1 september 2019**  
**Distriktsmästerskap i Långdistans**  
**Deltävling i Martinsons cup**

Endast tävlande från Västerbottensklubbar tävlar om distriktsmästerskap samt poäng i [Martinsonscup](#)



**NYRITAD KARTA HÖSTEN  
2018, UTÖKAD 2019 AV  
PÄR NORÈN I VÄNNÄS  
KOMMUNS HÄFTIGASTE  
NATURRESERVAT**

## Samling

Tävlingsarenan är belägen i Stennäs. Vägvisning från E12 mot Lycksele ca 2 km från Vännäsby (se även [Eventor](#)). Parkering 20:-. Kontant betalning eller Swish

## Start

Första ordinarie start för tävlingsklasser kl. 11.00. ÖM-klasser kan starta från kl. 10.30.  
Miniknat vid TC från 10.15. Ingen toalett vid start, endast vid TC.

Start 1 (HD16 och äldre, ÖM7, ÖM8 och ÖM9 ): Öster om E12 400 m söder om TC längs E12.  
Start 2 (Insk, U1, U2, HD14 och yngre, ÖM1, ÖM3, ÖM5): Väster om E12 300 m söder om TC längs E12.  
Gemensam gångväg till båda starterna längs E12 märkt med orange/vit snitsel. Gå i dikeskanten INTE på vägen!

## Klasser

DM-klasser: Enligt VOFs anvisningar. Klassindelning i [Eventor](#). Sammanslagning D18-D20 => D20

Övriga klasser: Inskolning, U1, U2, ÖM1, ÖM3, ÖM5, ÖM7, ÖM8, ÖM9.

Banlängder enligt SOFT:s rekommendationer.

**Miniknat** – för dom yngsta med start 10.15

## Karta

Starberget: Nyritad karta 2018 och utökad 2019 av Pär Norén. 5 meters ekvidistans. Skala 1:10 000.  
1:7 500 för klasserna H/D 45 och uppåt samt ÖM 7. Utskrift från BL-Idrottsservice.

## Terrängbeskrivning

Ett av de finaste orienteringsområdena i närheten av Umeå (tycker i alla fall kartritaren). Området för Start 1 (HD16 och äldre), öster om E12, består av Starbergets naturreservat, ett berg med ca 150 m stigning. Den västra sluttningen består av en fantastisk fin gammal granskog och på några ställen branta partier. Den östra sidan är mycket brantare och bitvis stenig. Den södra delen är så brant att IKSU klättring är de enda som ska vara där. Uppe på berget består växtligheten av mycket fina skogsklädda hållmarker. Endast banor längre än 5 km når till Starberget.

Området för Start 2 (upp till HD14) består av terrängen väster om E12, ett område med kulturmark med ett flertal stigar och vägar. H/D 14 kommer att springa i ett ravinområde som ställer krav på vägvalsbedömningen.

## Vätska

För de längre banorna, självservering vid passering av väg. Markerade på kartan.

## Utbrutet mål

Klasserna HD16 och äldre samt ÖM 7, ÖM 8 och ÖM 9 målstämplor öster om E12 ca 200 m från TC. Mycket viktigt att tävlande med utflyttat mål följer snittsling längs E12 tillbaka TC och där stämplor ut.

## Kartvändning

Ingen kartvändning/byte

## Direktanmälan

För öppna motionsklasser, inskolningsklass, U1 och U2 vid TC 10.00-11.30. Sista start för öppna klasser 11.40.

## Skuggning

Det är tillåtet för alla deltagare i tävlingsklass äldre än DH14 att innan tävling skugga deltagare i klasserna U1, U2 och Inskolning samt i ÖM-klasserna 1 och 3.

## Stämplingssystem

Sportident (Ej touchfree). Ett visst antal SI-pinnar finns att hyra vid TC för 25 kr.

## Marka/Dusch/Toa

Traditionell marka, inklusive grillade hamburgare, även vegburgare, med kontant betalning eller SWISH (se nr och QR-kod nedan). Utomhusdusch och Toa vid TC.

## Tävlingsregler

SOFT:s tävlingsregler gäller. Tävlande sker som alltid på egen risk

## Tävlingsjury

Mats Walheim  
Stefan Kärrlander  
Joel Sjölander

## Huvudfunktionärer

Tävlingsledare	Gunnar Kalén (070-6111023, kalengunnar@gmail.com)
Banläggare	Pär Norén (070-637 32 12, par.noren@umu.se)
Sekretariat/Anmälan	Jonas Fridman (070-678 4052, jonas.fridman@slu.se )

**Vännäs OK önskar alla deltagare varmt välkomna!**