

PM

Distriktsmästerskap i Långdistans för Göteborg

söndagen den 1 september 2019

Arena

Kåhög gårds marker i Kåhög, Partille

Vägvisning från E20 Jonseredsmotet, därifrån ca 1 km till parkering

Åk gärna kollektivt - Buss 519 från Partille station till Kåhög's Gård, därifrån ca 600 m gångväg. Restid 5 minuter med avgång var 30 minut (8.17, 8.47, 9.17, o s v)

Parkering

Parkering på Kåhög Gårds marker. Parkering - arena ca 500 m. Avgift 20 kr.

Sammanlagda och strukna klasser

D85 är struken p g a inga anmälda

Banlängder

Se startlista på Arenan eller Eventor.

Öppna banor och direktanmälan

Till inskolningsklass, U1, U2 och Öppna motionsklasser kan anmälan ske på tävlingsdagen mellan 9:00 – 11:00.

Avgift: Ungdom t.o.m. 16 år: 80 kr Vuxna: 145 kr. Vi fakturerar klubbanslutna svenska löpare. Övriga betalar helst med Swish alternativt kontant med jämna pengar på plats.

Klasser, banlängder och svårighetsgrad:

Inskolning	1,6 km	grön	ÖM5	3,6 km	orange
U1	2,3 km	grön	ÖM6	5,9 km	röd
U2	2,6 km	vit	ÖM7	3,3 km	blå
ÖM1	2,6 km	vit	ÖM8	4,6 km	svart
ÖM3	2,8 km	gul	ÖM9	7,9 km	svart

Skuggning tillåten i Inskolning, U1, U2 samt ÖM1. Ungdom som har varit skugga får inte i efterhand springa i tävlingsklass.

Starttid

Anslagen på Arenan, vid start samt på Eventor.

Start

Avstånd till start ca 800 meter, orange-vit snitsel. Vägen till start är mestadels uppför och en kortare bit av sträckan går på stig, i övrigt grus och asfalt. Första ordinarie start, klockan 10:00. Efteranmälda startar före. Inskolning, U- och ÖM-klasser har fri starttid 9:45 – 11:30.

OBS! Ingen toalett eller överdrag vid start.

Överdragskläder

Överdragskläder transportereras från starten till arenan.



Stämplingssystem

SportIdent. Hyrbricka tilldelas de som ej anmält vid anmälan. Hyra 30 kr. Vid förlust faktureras 400 kr.

Töm och Check

Töm och Check av SI-pinne finns vid start.

Kontroller

Vid kontrollen finns skärm, SI-enhet och stiftklämma. Vid utebliven ljud- eller ljussignal stämplat du i kartan samt rapporterar det i sekretariatet vid målgång.

Kontrolldefinition

Tryckt på kartan samt lösa vid start.

Vätska

Vätska erbjuds på de längre banorna (vid beräknad segrartid >50 min).

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.

Som vanligt i Göteborg så här på sensommaren har gräs, ormbunkar och annan undervegetation vuxit till sig vilket påverkar löpbarheten något och stigarna blir bitvis lite otydligare.

Karta

Utskriven av Kartsam på certifierad skrivare, på vattentåligt papper (Teslin). Inga plastfickor.

Kartan består av 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

I området närmast start och mål, där banor för de yngre går, har några stigar stödsnitslats med hängande vit snitsel för att göra dem tydligare.

För de allra yngsta finns det en kortare tillverkad stig ned på ängen vid mål som i terrängen är markerad med heldragen vit snitsel, på marken eller tätt hängande vit snitsel. På alla kartor är den stigen markerad med streckad linje i banpåtrycksfärgen magenta.

På kartan förekommer ett större område med hästhagar. Hagarna är omgärdade och uppdelade med staket i form av längsgående snören. Det är tillåtet att passera hagar och staket om inte annat är markerat på kartan. Hästar kan vara ute i någon enstaka hage, men är då samlade till endast den hagen. Vänligen var försiktig så att inte staketen skadas och anmäl om ni ser något som är skadat.

För att förtydliga två möjliga passager för löparna har dessa platser markerats på kartan med karttecken för passeringspunkt. Det gäller en nybyggd spång över en bäck samt en passage mellan väg och en hage. Observera att det inte är ett krav att passera just där.



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



Vilt

Rapportera uppmärksammat vilt vid målgång. I området kan bland annat vildsvin förekomma.

Förbjudna områden

Vänligen respektera förbjudna områden. Förbjudna områden är markerade på kartan, men inte i terrängen.

Målgång, bruten tävling, maxtid

Efter målgång ska alla checka ur tävlingssystemet (läsa ut SI-brickan i sekretariatet) oavsett fullföljt lopp eller inte. Maxtid 2,5 timmar. Om denna tid är på väg att överskridas ska löparen direkt ta sig mot målet och stämpla ut. Kontroller plockas in 2,5 timmar efter sista startande.

Priser och prisutdelning

DM-plaketter och hederspris i DM-klasser: 1an – 3an i klasserna DH10 t o m DH21, samt till segrare i klasserna DH35 t o m DH85. Hederspriser till de tre första i kortklasser DH12K t o m DH16K. Prisutdelning hålls i takt med att klasser blir klara.

Resultat och Livelox

Följ gärna tävlingen via live-resultat, liveresultat.orientering.se
F o m kl 12.00 ligger tävlingen på Livelox. Dela gärna med dig av din rutt.
Resultatlista publiceras arenan och på eventor.orientering.se. I och med anmälan godkänner den startande att start- och resultatlista publiceras på Internet.

Miniknat

Start 9:30 – 11:30, i anslutning till Arenan. Kostnad 20 kr

Toaletter

Toaletter finns endast vid Arenan.

Dusch

Varmdusch utomhus i direkt anslutning till arenan.

Övrig Service

Servering, Barnpassning, Första hjälpen, Sportförsäljning (SM Sport)

Kontakter

Tävlingsledare	Sören Sturesson	0736 59 12 05	soren.sturesson@telia.com
Banläggare	Claes Hagstrand		
	Jonas Axelsson		
Bankkontrollant	Krister Strand	OK Landehof	
Tävlingskontrollant	Bengt Kvarnström	OK Landehof	
Sammankallande Tävlingsjury:	Anders Larsson (Tolereds AIK)		

Lycka till i skogen!
önskar Lerums SOK

