



PM SM Långdistans Orientering

14-15 September 2019



Tävlingen genomförs med kvaltävling på lördagen och finaler på söndagen. Antal heat och personer per heat anpassas efter antalet anmälda.

ÅTERBUD

Återbud lämnas senast 11 september via mail larsg.ekengren@gmail.com och sena återbud lämnas tävlingsdagarna innan första start via SMS 070-597 9205.

SAMLINGSPLATS/ KARANTÄN

Kval lördag

Ulf Andersson Åkeri, vägvisning från väg 83 2,5 km norr om Kilafors och från väg 50, 11 km väster om Söderhamn. Koordinater N: 6794347 E: 589687 H: 62

Parkering och avlämning av löpare sker i direkt anslutning till samlingsplatsen. Samlingsplatsen öppnar kl.08:30 och stänger kl.13:45. Alla tävlande skall vara på samlingsplatsen samt ha registrerat sig senast 15 min. efter första start i sin klass. Tävlände skall vistas på samlingsplatsen tills de åker buss till förstart. Ledare som besökt arenan, får sedan ej besöka samlingsplatsen.

Avstånd från samlingsplats till arena är 1 300 m vilket innebär att löpare som parkerar sina bilar på samlingsplatsen får hämta dem själva efter målgång, utan kontakt med andra löpare. Teknik som innebär att tävlingen kan följas online eller att information kan inhämtas från onlinesändningen är inte tillåten på samlingsplatsen.

Toaletter, enkel sportförsäljning, servering och vatten finns. Annan dryck medtages. För betalning gäller kontant eller swish, mobil öppnas, swishas och stängs med funktionärs överinseende.

Bagage skall märkas och lämnas på anvisad plats. Bagage transporteras till arenan.

A-Final söndag

Samma samlingsplats som lördag. Parkering och avlämning av löpare sker i direkt anslutning till Samlingsplatsen. Samlingsplats öppnar kl.09:00. Alla tävlande skall vara på samlingsplatsen samt ha registrerat sig senast 10:30. GPS-väst till de som ska bära GPS, delas ut på samlingsplatsen. GPS-enhet delas ut vid förstart, se Tidstart och GPS nedan. Teknik som innebär att tävlingen kan följas online eller att information kan inhämtas från onlinesändningen är inte tillåten på samlingsplatsen. Toaletter samt enkel sportförsäljning och servering finns liksom vatten. För betalning gäller kontant eller swish, mobil öppnas, swishas och stängs med funktionärs överinseende.

Bagage skall märkas och lämnas på anvisad plats. Bagage transporteras till arenan.

B-C Final söndag: Samlas på arenan.

SEEDNING/ LOTTNING

Deltagarna fördelas i resp. kvalheat efter aktuell rankinglista (gallringsfiltret i Sverigelistan). De bäst rankade går ut sista tredjedelen av startfältet, näst bäst rankade i mellersta tredjedelen och resterande deltagare i den första tredjedelen. Övrigt se SOFT:s hemsida Arrangera/SM/Heatindelning.



STARTTIDER, BANLÄNGDER, NUMMERLAPPAR, KONTROLLBESKRIVNINGAR
KVAL lördag 14 september

Heat	Första start	Banlängd	Vätska	Nr.lapp	Mått kontr.beskr.	Löpare till A-final
H21 Kval A	10:00	9 500	2	101-140	6x12cm	14
H21 Kval B	10:00	9 500	2	141-180	6x12cm	14
H21 Kval C	10:01	9 500	2	181-220	6x12cm	14
D20 Kval A	10:01	5 700	1	301-340	6x9cm	40
H18 Kval A	11:10	5 900	1	601-643	6x10cm	20
H18 Kval B	11:11	5 900	1	644-686	6x10cm	20
D21 Kval A	11:10	8 300	2	1-40	6x12cm	20
D21 Kval B	11:11	8 300	2	41-80	6x12cm	20
H20 Kval A	12:34	7 600	1	401-440	6x10cm	20
H20 Kval B	12:35	7 500	1	441-480	6x10cm	20
D18 Kval A	12:14	5 200	1	501-540	6x8cm	20
D18 Kval B	12:15	5 300	1	541-580	6x8cm	20

I banlängderna ingår 160 m snitsel.

Avstånd från samlingsplats till förstart 5 500 meter (Bussning).

Avstånd från förstart till start 650 meter.

Första buss avgår 09:30. Avstigning i direkt anslutning till förstart.

Mycket viktigt att deltagare passar sin avgångstid enligt busstidtabell.

Busstidtabell i separat dokument i Eventor.

STARTTIDER, BANLÄNGDER, NUMMERLAPPAR, KONTROLLBESKRIVNINGAR
FINAL söndag 15 september

Klass	Första start	Banlängd	Vätska	Nr-lapp	Mått kontr.beskr.
D21	10:30	12 400m	4	1-45	6x17cm
H21	10:30	14 500m	5	101-145	6x18cm
D20	10:31	8 400	3	201-235	6x9cm
H20	10:31	10 200	3	301-345	6x12cm
D18	10:32	6 500	2	401-445	6x8cm
H18	10:32	8 300	2	501-545	6x10cm

I banlängderna ingår 190 m snitsel.

Avstånd från samlingsplats till förstart 6 500m. (Bussning)

Avstånd från förstart till start 800m.

Första buss avgår 10:00. Avstigning i direkt anslutning till förstart.

Busstidtabell i separat dokument på Eventor.



STARTTIDER, BANLÄNGDER, KONTROLLBESKRIVNINGAR B-C FINAL söndag 15 september

Klass	Första start	Banlängd	Vätska	Mått kontr.beskr.
D21B	08:30	9400m	3	6x10cm
H21B	08:30	11 900m	3	6x13cm
H21C	08:30	9900m	3	6x10cm
D20B	08:30	6500m	2	6x9cm
H20B	08:30	8100m	2	6x9cm
D18B	08:30	5600m	2	6x8cm
H18B	08:30	7300m	2	6x10cm
H18C	08:30	6 500m	2	6x9cm

I banlängderna ingår 190 m snitsel.

Avstånd från Arena till Start 1 600 m, orange-vit snitsel.

GAFFLING/ KARTBYTE

Gaffling kan förekomma i samtliga klasser, både i kval och final. I finalen har D21 och H21 ett kartbyte ute på banan. Den använda kartan lämnas vid kartbytet och ny karta tas. Följ arrangörens anvisningar på plats noga!

PUBLIKTÄVLING

Segersta OK och Söderhamns OK inbjuder till nationell publiktävling medeldistans söndag 15 september med start kl.09.00, se separat inbjudan på Eventor.

ARENA

Våtdyft/ Segersta, vägvisning från väg 83 2,5 km norr om Kilafors och från väg 50, 11km väster om Söderhamn. Koordinater 61.278602, 16.689964.

Obs järnväg i anslutning till arenan. Se upp vid passage till och från Arenan.

PARKERING SM-LÖPARE

I anslutning till samlingsplats. SM-löpare och ledare som följer med löpare, får inte besöka arenan innan start. Vid blöt väderlek kan parkering bli tvungen att flyttas, och gångavstånd kan då bli max 1500 meter.

PARKERING PUBLIK

I anslutning till Arenan. P-avgift 30 kronor per dag. Betala med Swish nummer 123 695 90 92, märk betalningen P. Vid blöt väderlek kan parkering bli tvungen att flyttas, och gångavstånd kan då bli max 1500 meter.

HUSBILAR/BUSSAR

Anmäl till Tomas Larsson 070-6077353 senast torsdag 12 september för parkering på arenan.

AVLYSNING

Området är sedan tidigare avlyst. Se länken

<https://eventor.orientering.se/Documents/Event/43641/Avlysning>

KARTA

Skala 1:15 000 ekvidistans 5 m. Offsettryck. Nyritad 2018-19 av Egidius Kokenys och Saulius Kirelis.

KONTROLLER

Består av trästolpe med skärm och två Sportidentenheter, en på toppen och en längs med stolpen. Kontrollkoderna är märkta på Sportidentenheter. Det är den tävlandes ansvar att få en registrering.



Om en enhet är ur funktion, stämpla i den andra enheten. Om båda är ur funktion meddela vid utstämpling i målet. Provkontroll finns vid förstarten.

TIDSTART och GPS

Avprickning 3 min innan start. 20 deltagare i D21 Final A och H21 Final A samt 10 deltagare i D20 Final A, H20 Final A, D18 Final A och H18 Final A, skall bära GPS.

Förteckning över vilka som skall bära GPS anslås i samlingsplats för löpare, på arena och på Eventor senast lördag 14 september kl.17.00. Sannolikt kommer de 20 resp. 10 bästa/klass från kvalet att bära GPS, undantag kan dock komma att göras. GPS-enheten ska bäras i den väst som arrangören tillhandahåller. Västar till GPS-enheten delas ut vid samlingsplatsen i anslutning till nummerlappsutdelningen. Löparna kan prova de olika storlekarna för att hitta den som passar (Svart=XS, Röd=S, Blå=M, Grön=L). GPS-enhet delas ut vid förstart och aktiveras tidigast 20 min innan starttid. GPS-utrustning återlämnas direkt efter målgång enligt anvisningar från funktionär.

STÄMPLINGSSYSTEM

Sportident. Egen bricka skall användas. SI-nummer anges vid anmälan. Hyrbricka ges till löpare utan anmält bricknummer, avgift 50 SEK. Borttappad hyrbricka debiteras med 500 SEK.

KONTROLLANGIVELSE

Finns på tävlingskartan och lösa vid start. Funktionär delar ut kontrollbeskrivningen till HD21 vid start.

STARTLISTOR

Startlistor kval publiceras på Eventor torsdag kväll 12 september, final publiceras lördag kväll 14 september. Anslås också på samlingsplatsen, arenan och vid förstarten.

NUMMERLAPPAR

Nummerlapp skall bäras ovikt och väl synlig på bröstet. Medtag gärna egna säkerhetsnålar. Vid kval och A-final erhålls nummerlappen på samlingsplatsen. B-C finaler har inga nummerlappar.

TERRÄNGBESKRIVNING

Kval

Barrskog av varierande ålder med inslag av hyggen och grönområden. Hällmarksskog inom vissa delar av banorna. Kuperingen är mest måttlig, men alla klasser passerar två detaljrika sluttningar med starkare kupering. HD21 passerar även ett mindre berg med stark kupering och många branter. Löpbarheten är överlag god, men begränsas delvis av tät skog och stembunden mark. Stigar och vägar förekommer inom större delen av området.

Det är halt på hällarna.

Final

Området består i huvudsak av två stora och två mindre berg med stor andel öppen hällmarksskog. Tall dominerar, men det finns sluttningar med granskog. De mindre bergen har detaljrika höjdparter och måttlig kupering. Övriga delar har varierad detaljrikedom och överlag stark kupering. Sankmarker förekommer i liten omfattning. Den starkt kuperade sluttningen mot Bergviken har en för Hälsingland ovanlig karaktär, med många branter, delvis blockmark och stora sänkor. Högre upp på bergen är löpbarheten mycket god medan det längre ner i sluttningarna är partier med stembunden mark. Främst mellan bergen finns det hyggen och grönområden av varierande storlek. Några vägar genomkorsar området och det finns även ett mindre antal stigar. Det är halt på hällarna.

VÄTSKA

Vatten finns på samlingsplatsen. Sportdryck och vatten vid på kartan angivna platser. Vid förstart, samt vid mål serveras endast vatten. Muggar och skräp efter energibars lämnas vid vätskestationerna.



FÖRSTA HJÄLPEN

Första hjälpen finns på arenan. Kontrollvakterna har första förband. Hjärtstartare finns på arenan.

MÅLGÅNG

Målstämpling sker på mållinjen och löparen fortsätter sedan till utstämpling. Kartan behålls efter målgång.

MAXTID

Kval 2 timmar. Final 3 timmar.

BAGAGE/ ÖVERDRAG

Transporteras av arrangören från samlingsplats och förstart till arenan.

DUSCH

Varmdusch i anslutning till arenan.

KLUBBTÄLT

Enligt anvisning på arenan.

TOALETTER

På arenan, på samlingsplats och vid förstarten. Begränsad tillgång till toaletter finns vid start för B och C-finaler. Använd de som finns på Arenan.

MÅLTID PÅ ARENAN

För SM löpare ingår måltid i deltagaravgiften. Förbeställda måltider för studiebesökare, ledare och publik serveras i tält på arenan. Övriga kan köpa måltid på plats för 100 SEK, i mån av tillgång. Serveras från kl.12.00 båda dagarna. Betalning i serveringen.

SERVERING

Rikligt utbud finns på arenan. Betala gärna med swish nr 123 695 90 92. Ingen kortbetalning.

SPORTFÖRSÄLJNING

Sportförsäljning finns på arenan genom Letro Sport.

SPEAKER

Ola Jodal och Elin Woxlin.

LIVESÄNDNING

GPS, liveresultat och speakerljud kommer att finnas via Eventor. Websändning på A-finalerna (länk

PRISUTDELNING

Plaketter till de 10 främsta och hederspriser till de 6 främsta i varje klass. Prisutdelning söndag ca kl.15.30. Pristagarna ombedes att samlas i god tid.

STUDIEBESÖK

Se PM Studiebesök på Eventor.

REGELÖVERTRÄDELSE

Anmälan om regelöverträdelse lämnas skriftligen till röd utgång.

PROTESTER

Protester mot tävlingsledningens beslut lämnas skriftligen till röd utgång.



LOGI

Se boende på www.visitsoderhamn.se.

VILTRAPPORT

Lämnas vid informationen.

TRÄNINGSPAKET

Det finns relevanta träningspaket för samtliga distanser. Kontakta Sören Calleberg, telefon 076-105 36 49.

KARTPROV

Finns på SOFT:s hemsida, https://iof2.idrottonline.se/globalassets/svenska-orienteringsforbundet/trana--tavla/sm-swedish-och-silva-league/sm_2019_alla_kartklipp_host.jpg

TÄVLINGSREGLER

SOFT:s

TÄVLINGSJURY

Ordförande Bengt Bivrin, Idefjordens SK, 0708 -802 805
Johan Hallgren Bjursås OK, 0702-004101
Agneta Hallberg Hansson, Jönköpings OK, 072-9746366
Bo Månsson, telefon 070-539 28 88, sammankallande.

HUVUDFUNKTIONÄRER

Tävlingsledare Anders Andersson, telefon 070-553 08 15
Banläggare Stefan Larsson, telefon 070- 241 85 57 och Bengt A. Persson, telefon 072-728 11 49
Tävlingskontrollant Stefan Carlsson, telefon 070-556 63 13
Bankontrollant Walter Lagerhäll, telefon 076-792 09 40, Annika Ottenbäck.
Sekretariat Lars Ekengren, telefon 070-597 92 05
Parkering/Trafik Tomas Larsson 070-6077353
SOFT:s a-coach Bo Månsson telefon 070-539 28 88
SM-ansvarig SOFT Henrik Skoglund 073-255 84 80 henrik.skoglund@orientering.se

