



2019 09 21

PM Medeldistans- Orientering

20-21 September 2019



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

ÅTERBUD

Återbud lämnas senast 17 september via mail larsg.ekengren@gmail.com och sena återbud lämnas tävlingsdagarna innan första start via SMS 070-597 9205.

SAMLINGSPLATS/ KARANTÄN

Kval fredag

Samplingsplatsen är på Mo skola, idrottshallen. Koordinater N: 6798935 E: 595431 H: 73. Vägvisning från väg 50, 9 km väster om Söderhamn mot Bollnäs. Härifrån 6,5 km till Mo skola och från väg 50, 22 km öster om Bollnäs, Mo Bygdegård. Härifrån 2,5 km till Mo skola.

Parkering och avlämning av löpare sker i direkt anslutning till samlingsplatsen. Samlingsplatsen öppnar kl.10:30 och stänger kl.14:30. Alla tävlande skall vara på samlingsplatsen samt ha registrerat sig senast 15 min. efter första start i sin klass. Tävlande skall vistas på samlingsplatsen tills de tar sig till förstart. Ledare som besökt arenan, får sedan ej besöka samlingsplatsen.

Avstånd från samlingsplats till arena är 6,7 km. 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 lördag

Samma samlingsplats som fredag. Parkering och avlämning av löpare sker i direkt anslutning till samlingsplatsen. Samlingsplats öppnar kl.08:30. Alla tävlande skall vara på samlingsplatsen samt ha registrerat sig senast 12:00, webbtv-sändningen börjar 12:00. 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,D,E Final lördag: Samlas på arenan.

De bäst rankade går ut sista tredjedelen av startfältet, näst bäst rankade i mellersta tredjedelen och bäst rankade går ut sista tredjedelen av startfältet, näst bäst rankade i mellersta tredjedelen och resterande deltagare i den första tredjedelen.



STARTTIDER, BANLÄNGDER, NUMMERLAPPAR, KONTROLLBESKRIVNINGAR**KVAL fredag 20 september**

Heat	Första start	Nummerlapp	Banlängd	Mått kontr.beskr.	Antal löpare till final
D21A	14:30	1-40	4 160	max 60*125 mm	10
D21B	14:30	41-80	4 190	max 60*125 mm	10
D21C	14:31	81-120	4 110	max 60*125 mm	10
D21D	14:31	121-160	4 070	max 60*125 mm	10
H21A	14:30	201-240	4 930	max 60*150 mm	8
H21B	14:30	241-280	4 910	max 60*150 mm	8
H21C	14:31	281-320	4 990	max 60*150 mm	8
H21D	14:31	321-360	4 970	max 60*150 mm	8
H21E	14:31	361-400	4 850	max 60*150 mm	8
D20A	13:45	401-440	3 550	max 60*120 mm	20
D20B	13:46	441-480	3 300	max 60*120 mm	20
H20A	13:45	501-540	4 250	max 60*125 mm	20
H20B	13:46	541-580	4 000	max 60*125 mm	20
D18A	12:00	601-642	3 260	max 60*120 mm	14
D18B	12:00	643-684	3 210	max 60*120 mm	14
D18C	12:01	685-726	3 180	max 60*120 mm	14
H18A	12:00	801-840	4 020	max 60*120 mm	10
H18B	12:00	841-880	3 940	max 60*120 mm	10
H18C	12:01	881-920	3 780	max 60*120 mm	10
H18D	12:01	921-960	3 870	max 60*120 mm	10

I banlängderna ingår 250 m snitsel.

Avstånd från samlingsplats till förstart 1 800 meter.

Avstånd från förstart till start 300 meter.

STARTTIDER, BANLÄNGDER, NUMMERLAPPAR, KONTROLLBESKRIVNINGAR**FINAL lördag 21 september**

Klass	Första start	Nummerlapp	Banlängd	Antal kontroller	Mått kontr.beskr.
D21	13:41	1--	5 520	23	max 60*250 mm
H21	13:30	101--	6 390	26	max 60*270 mm
D20	12:11	201--	4 100	16	max 60*160 mm
H20	12:00	301--	4 840	19	max 60*170 mm
D18	10:41	401--	3 760	13	max 60*150 mm
H18	10:30	501-	4 430	16	max 60*160 mm

I banlängderna ingår 400 m snitsel.

Avstånd till förstart från samlingsplats är 3 000m bussning + 1 700m stig/väg. Orange/vit snitsel till förstart. Första buss avgår 09.45. Avstigning 1 700 m från förstart.

Avstånd från förstart till start 100m. Busstidtabell i separat dokument på Eventor.



STARTTIDER, BANLÄNGDER, KONTROLLBESKRIVNINGAR B-C-D-E FINAL lördag 21 september

Heat	Första start	Banlängd	Mått kontr.beskr.
D21B	08:30	4 550	max 60*140 mm
D21C	08:31	4 180	max 60*140 mm
D21D	08:30	4 010	max 60*140 mm
H21B	08:30	5 050	max 60*150 mm
H21C	08:30	4 920	max 60*150 mm
H21D	08:31	4 590	max 60*150 mm
H21E	08:31	4 360	max 60*150 mm
D20B	08:30	3 610	max 60*120 mm
D20C	08:31	3 400	max 60*120 mm
H20B	08:30	4 310	max 60*125 mm
H20C	08:31	3 910	max 60*125 mm
D18B	08:30	3 440	max 60*100 mm
D18C	08:31	3 290	max 60*100 mm
D18D	08:31	3 280	max 60*100 mm
H18B	08:30	3 900	max 60*120 mm
H18C	08:31	3 760	max 60*120 mm
H18D	08:30	3 460	max 60*120 mm

I banlängderna ingår 300 m snitsel.

Avstånd från Arena till Start 2 500 m, följ orange/vit snitsel

PUBLIKTÄVLING

Sejersta OK och Söderhamns OK inbjuder till nationell publiktävling medeldistans lördag 21 september med start kl.09.00, se separat inbjudan på Eventor.

ARENA

Kyrkbyn, vägvisning från väg 50, 11 km väster om Söderhamn. Koordinater 61.318559, 16.850734.

PARKERING SM-LÖPARE

I anslutning till samlingsplats. SM-löpare och ledare som följer med löpare, får inte besöka arenan innan start.

PARKERING PUBLIK

I anslutning till Arenan. P-avgift 30 kronor per dag. Betala med Swish nummer 123 695 90 92, märk betalningen P.

HUSBILAR/BUSSAR

Anmäl till Tommy Forsberg 070-3984606 senast onsdag 18 september för parkering på arenan.

AVLYSNING

Området är sedan tidigare avlyst. Se länken

<https://eventor.orientering.se/Documents/Event/43642/Avlysning>

KARTA

Skala 1:10 000 ekvidistans 5 m. Offsettryck. Nyritad 2018-19 av Kalle Engblom. Kartnorm ISOM2017.



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

Avprickning 3 min innan start.

GPS

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.

STARTLISTOR

Startlistor kval publiceras på Eventor onsdag kväll 18 september, final publiceras fredag kväll 20 september. Anslås också på samlingsplatsen, arenan och vid förstarten.

NUMMERLAPPAR

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

TERRÄNGBESKRIVNING

Kval och Final Måttligt kuperad barrskogsterräng. Detaljrika berg och höjdparter med inslag av hållmarker. Ett fåtal vägar/stigar. Några större sankmarker i de lägre terrängpartierna som även har inslag av några mindre hyggen och ett fåtal mindre grönområden. Framkomligheten varierar från mycket snabbblöpt på hållmarkerna till begränsad i bitvis stenbundna områden.

VÄTSKA

Vatten finns på samlingsplatsen, förstarten och vid på kartan angivna platser samt på arenan.

FÖRSTA HJÄLPEN

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

MÅLGÅNG

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

MAXTID

Kval och final 75 minuter.

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,C,D,E,F 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 svenskorientering.se

PRISUTDELNING

Plaketter till de 10 främsta och hederspriser till de 6 främsta i varje klass. Prisutdelning lördag tidigast kl.15.45. 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, 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

INFORMATION och UPPLYSNINGAR

Sören Calleberg, Tävlingsledare 076-105 36 49 och Lars Ekengren, Sekretariat 070-597 92 05.



TÄVLINGSJURY

Ordförande Hans Wickbom, Vittjärvs IK, 070-628 50 40

Matilda Jonsson, IFK Mora OK, 070- 392 6 0 64

Mikael Gustafsson, IK Hakarpspojarna 072-733 20 13

Roland Nilsson 070-960 34 79, sammankallande

HUVUDFUNKTIONÄRER

Tävlingsledare Sören Calleberg, 076-105 36 49

Banläggare Göran Hedman, 070-391 92 03

Bankontrollant Joacim Ingelsson, 070-669 73 89

Tävlingskontrollant Stefan Carlsson, 070-556 63 13

Parkering/Trafik Tommy Forsberg 070-3984606

Sekretariat Lars Ekengren, 070-597 92 05

SOFT:s a-coach Roland Nilsson, 0709-603 479

SM-ansvarig SOFT Henrik Skoglund 073-255 84 80

