



PM – Generellt

Nummerlappar:	Skall bäras på samtliga tävlingar. Hämtas ut på tävlingsexpedition. Samma nummerlapp till Natt, Dag och TempO. Speciella nummerlappar till stafetten.
Betalning:	Svenska deltagare faktureras. Utländska deltagare betalar i förskott på tävlingsexpeditionen i svenska kronor.
OBS starttid stafett:	Starttiden till stafetten på lördag är tidigarelagd med en halv timme till kl 9.30.
Jury:	Nils-Olov Andersson OK Rodhen, Rudi Olvenmyr OK Tyr och Karl-Gustaf Däldehög (på Dag-SM och Natt-SM), Ola Jansson Björklinge SOK (stafett och TempO).
Falska kontroller:	Falska kontroller är tydliga.
TK:	Vid alla tidskontroller och TempO stationer finns endast ihopsatta kartor tillgängliga.
Kartor:	1:4 000 och ekvidistans 5 m med skogsnorm. Undantag: TempO 1:3 000 och sprintnorm.
Tidtagning:	Sportident. Hyrpinnar finns tillgängliga 20 kr. Borttappad ersättes till fulla värdet.
Stämpling:	Medför egen stämpel.
Servering:	Matsas Mat. Nyblivna europamästare i street food finns på plats med sin food truck under lördag och söndag.

På Eventor finns en länk till Matsas mat (facebook) där det går att hitta en meny om man rullar ner lite.
Fredagkväll på Natt-SM tillhandhåller Vallsta SK en marka.

Startlistor: Finns på eventor senast torsdag kväll.

Allmän info: 28 september är Finnskogsmuseet öppet mellan kl 12 -16.
Finns i Skräddrabo i anslutning till väg 50.
www.finnskogsmuseet.se.

Växbo Lin butiksförsäljning vid Arenan söndagöppet kl 10 – 14. www.vaxbolin.se

PM – Natt

Samling: Arbrå Skola, vägvisning från norra infarten till Arbrå efter väg 83. Ca 1 km österut.

Start: Första start klockan 20.00. Till start 400 meter.

TK: A, E efter målgång. 6 skärmar och 3 uppgifter.

B i anslutning till Arenan. Samling kl 20.00 utanför Arenan. Efter tidskontrollen går man till starten. 3 skärmar och 1 uppgift. Till TK används en skolgårdskarta.

Banor:

B:	1,1 km, 12 kontroller, maxtid 93 minuter.
A:	1,1 km, 15 kontroller, maxtid 93 minuter.
E:	1,1 km, 20 kontroller, maxtid 93 minuter.

Avstånd: Till start 400 meter.
Mål till TK 750 meter.
TK till Arena 500 meter.
B-banan: Mål till Arenan är 750 meter + 500 meter.

Prisutdelning: Efter stafetten på lördag.

Karta: Äldre karta med upphovsrätt Vallsta SK ritad av Karl-Erik Engblom, reviderad 2018 och 2019 av Stefan Larsson. PreO-reviderad 2019.

Banläggare: Lennart Wahlgren
Bankontroll: Stefan Larsson
Tävlingsledare: Curt Landin

Servering: Vallsta SK erbjuder enklare fika med bland annat kaffe och korv.

Reserver: Av SOFT utsedda reserver till Elit-klassen. Eventuella återbud meddelas snarast till tävlingsledare eller expeditionen. 070-6918064 (Curt Landin)

- | | |
|----------------------|----------------|
| 1. Lars Silvervret | OK Hedströmmen |
| 2. Elisabeth Wiksell | Stora Tuna OK |
| 3. Owe Fredholm | OK Linné |
| 4. Elinor Lindelöw | Härlövs IF |
| 5. Tomas Jansson | Björklinge SOK |

PM - Stafetten

Samling: Esa Skräddrabo. Vägvisning från riksväg 50 från Alfta mot Falun. (ca 45 km från Bollnäs)

Avstånd: Start, mål och växling på Arenan. Från Arenan till TK är det 300 meter.

Start: Första sträckan startar gemensamt kl 9.30.
Andra sträckan startar gemensamt kl 9.40.
På grund av stort antal deltagare har starten tidigarelagts med tanke på Dag-SM.

Växling: Första och andra sträckan går till målet efter att ha genomfört banan. Den förste som kommer in, oavsett om det är sträcka 1 eller 2, lämnar startkort och prickas av och går sedan till TK. Nästa i laget lämnar startkortet, växlar till sträcka 3 och går sedan till TK.

Tredje sträckan har sitt mål vid TK och stämplar ut med sportident.

Ett speciellt kort används till TK för sträcka 1 och 2. Sträcka 3 har inget speciellt kort för TK.

Karantän: När första tävlande från sträcka ett eller sträcka 2, oavsett lag, kommer in till Arenan har alla sträcka3-löpare 5 minuter på sig att gå in i karantän.

Banor: Sträcka 1 o 2: 18 kontroller, 2,2 – 2,4 km
Sträcka 3 12 kontroller, 1,5 km

Alla sträckor är gafflade.

Maxtid för hela laget är 180 minuter räknat från kl 9.30.

Tredje sträckan löpare skall alltså vara vid sitt mål, vid TK, senast kl 12.30 för att slippa strafftid. Inga andra än funktionärer får befinna sig vid tredje sträckans mål.

Sammanlagt löser varje lag $18 + 18 + 12 = 48$ uppgifter ute på banorna. Detta görs på 30 kontroller så en del uppgifter görs flera gånger i laget.

Resultaträkning: Lagets resultat är lagets totala antal fel på banan som ger 30 sek i straff per fel, plus den tid som åtgår vid TK plus strafftid för eventuella fel på TK.

TK: 6 skärmar och 3 uppgifter. Kan vara FALSKA. Gäller alla sträckor. (Tempostation)

Banläggare: Lennart Wahlgren
Bankontroll: Rolf Karlsson, Elisabeth Norsell Karlsson
Tävlingsledare: Curt Landin

Karta: Karta från 2016, grundmaterial gammal karta och laserdata. Rekognosering Maths Östberg. Upphovsrätt Alfta-ÖSA OK. PreO reviderad 2019.

Prisutdelning: Efter tävlingens avslutande, samtidigt med prisutdelning för Natt-SM.

Ordningsregler: Om löpare från samma lag ses ute i skogen är det strängeligen förbjudet att kommunicera. Oavsett om man är ute på en bana eller går till och från TK.
Sträcka-3 löpare i karantänen får ej heller kommunicera på något sätt med någon utanför. Lämna tex mobilen utanför.

Parkering: Kan vara lite svårt att få in alla bilarna. Samåk gärna och följ parkeringsvakternas instruktioner.

Förbjudna stigar: Det är endast tillåtet att röra sig på stora stigar/skogsvägar. En del stigar kan vara avsnitslade. Man får inte passera gul-blå snitsel liggande på marken.

Kontrolldef: På kontrollbeskrivningen finns kontrollens ordningsnummer, dvs det som anger i vilken ordning kontrollerna tas. Dessutom finns en kodssiffra för varje kontroll som anger vad det står på kontrollpinnen.

Ex

4	A-B						7
5	A-C	↑					5
6	A-C	↓					6

4 = kontrollens ordningsnummer

A-B= antalet skärmar, dvs 2

7 =Kontrollens kodsiffra, som finns på kontrollpinnen

Lagändringar: Ändringar kan ske, dock senast kl 9.00 till tävlingsledaren.

Tidtagning: Sista sträckan skall ha med sig en tömd och checkad Sportident pinne som används till målstämpling.

PM DAG

Samling: Samma Arena som Stafett-SM.

Start: Första start preliminärt kl 14.00
Obligatorisk transport till start. Tävlade skall infinna sig ca 25 minuter innan start vid hållplatsen som finns i anslutning till Arenan. Avstånd till start efter transport är 0 meter.

Banor: A: 700 meter, 17 kontroller, maxtid 89 minuter.
E: 700 meter, 23 kontroller, maxtid 90 minuter.
B-banan utgår då det var enbart 1 anmäld, som valt att delta i A-klassen.

Tävlande i rullstol har 15 minuter extra tid.

TK: Efter målgång A 6 skärmar, 2 uppgifter
E 6 skärmar, 4 uppgifter

Efter TK går den tävlande tyst tillbaka genom tävlingsområdet till transport.

Förbjudna stigar: Det är endast tillåtet att gå på stora skogsvägen. Vid två ställen är det tillåtet att lämna vägen för att nå kontrollpinnen.

Prisutdelning: Direkt efter avslutad tävling.

Banläggare: Lennart Wahlgren
Bankontroll: Rolf Karlsson, Elisabeth Norsell Karlsson
Tävlingsledare: Curt Landin

Karta: Karta från 2016, grundmaterial gammal karta och laserdata.
Rekognosering Maths Östberg. Upphovsrätt Alfta-ÖSA OK.
PreO reviderad 2019.

Reserver: Av SOFT utsedda reserver till Elit-klassen. Eventuella återbud meddelas snarast till tävlingsledare eller expeditionen. 070-6918064 (Curt Landin)

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1. Ove Larsson | Kvarnsvedens GOIF OK |
| 2. Lars Silvervret | OK Hedströmmen |
| 3. Elisabeth Wiksell | Stora Tuna OK |
| 4. Agne Karlsson | Simlångsdalens IF |
| 5. Tomas Jansson | Björklinge SOK |

PM –TempO

- Samling:** Växbo Lin. Finns skyltat från vägkorset i Växbo.
- Första start:** Kl 11.00 i anslutning till Arenan.
- Stationer:** Antal i A-klassen är 5 st. 6 skärmar och 4 uppgifter. Ej falska.
E-klassen 5 stationer i kvalet. 2 stationer i finalen.
6 skärmar och 6 uppgifter.
- Final:** De 6 främsta svenskarna och de utländska deltagarna som slår 6:e svensken går till final. Finalisterna får inte lämna Arenan efter kvalet. De 2 stationerna i finalen genomförs med publik. Efter kvalet släpps tillhörande lösningskarta och resultat. Därefter ges möjlighet att lämna in klagomål.
- Startkort och gångväg:** Vid Arenan erhålls startkort och en karta som visar hur man skall gå till stationerna. Det är absolut förbjudet att avvika från markerad väg.
- Resultat:** För att få slutresultatet lägger man samman resultatet från kvalet och finalen. I finalen startar man omvänt, dvs bäst i kvalet startar sist i finalen.
- Banläggare:** Lennart Wahlgren
Bankontroll: Stefan Larsson
- Karta:** Sprintnorm. Ritad 2019 med lasermaterial. Kartritare Walter Lagerhäll Rehns BK och Egidijus Kokenys. PreO reviderad 2019.
- Prisutdelning:** Efter avslutad tävling.



Välkomna!

www.rehnsbk.se

