



Snättringe SK inbjuder till Höstlunken söndagen 3 november 2019

Spring med en kompis på en krävande och rolig ultralångdistans i den fina Södertörnsskogen.
Eller varför inte köra Mil-lunken i grupp med lättare orientering och tuff löpning?
Och skulle du missa anmälan så finns det också öppna motionsklasser.
Alla får välförtjänt blåbärssoppa när ni kommer i mål.

Klassindelning och banlängder

Huvudklasser		Ungdomsklasser		Öppna Motionsklasser		
H21A	17,0 km	H12	3,9 km	ÖM3	3,9 km	Gul
H21B	11,8 km	D12	3,9 km	ÖM6	6,6 km	Röd
D21	12,1 km	H14	6,6 km	ÖM7	3,2 km	Röd
H17-20	11,8km	D14	5,0 km	ÖM8	5,0 km	Blå
D17-20	10,0 km	H16	8,2 km	ÖM9	8,5 km	Blå
H40	10,0km	D16	6,7 km	ÖM10	11,8 km	Blå
D40	8,2 km			Mil-lunken	10,0 km	Gul
H55	8,5 km					
D55	6,7 km					
H65	6,7 km					
D65	5,0 km					
Motion (fri ålder)	7,7 km					
Mix (fri ålder)	10,0 km					
HD40 Mix	8,5 km					
HD50 Mix	8,2 km					

Lagsammansättning: Patrullen skall bestå av två löpare, som får vara från två olika klubbar. Mix-patruller och HD-patruller ska bestå av en löpare av vardera kön. I motionsklassen gäller valfri sammansättning.

Mil-lunken är en individuell tävling med masstart och enklare orientering. Man springer i grupp eller på egen hand. Herrar och damer springer i samma klass.

Samling: [Kästaskolan, Hälsovägen 35, Huddinge](#), GPS: 59.2259024, 17.9310071

Parkering i anslutning till arenan och inom sjukhusområdet. Åk gärna kollektivt! Buss 740, hållplats Kittelvägen. För tidtabell se sl.se.

Anmälan: Anmälan via Eventor senast söndagen den 27 oktober klockan 23:59. Avgift per person 80 kr/ungdom -16 år och 150 kr för övriga. Svenska klubbar faktureras i efterhand. Klubblösa deltagare och deltagare från utländska klubbar betalar innan tävlingen till pg 582099-8 eller maila kassören elin.svensson@gmail.com för info om internationell betalning.

Efteranmälan: Senast onsdagen den 30 oktober klockan 23:59 till 50 % förhöjd avgift. Anmälan på tävlingsdagen i mån av karttillgång mot 100% förhöjd avgift.

Direktanmälan: Avgift vuxna 150 kr, ungdomar -16 år 80 kr, brickhyra 30 kr.
Anmälan kan ske: Öppna klasser: 9:30-11:00. Mil-lunken: 9:30-10:15.

Start och mål: Första start 10:00. Avstånd 1km. Efteranmälda lottas in bland övriga startande. Öppna klasser har fri start 10:00-11:30. Mil-lunken har masstart 11:00. Utbrudet mål nära starten. Överdragskläder kan läggas vid målet.

Karta och terräng: Södertörnsteräng med måttlig och bitvis hård kupering. Mestadels öppen, fin och lättframkomlig skog. Fina storslagna vyer utlovas.

Flottsbro- och Gömmarkartorna med
skala 1:15 000 för banorna H21A, H21B, D21, D17-20, H17-20 och ÖM 10,
skala 1:10 000 för banorna Mix, D40, H40, D16, H16, D14, H14, D12, H12, ÖM6, ÖM9, Motion,
Mil-lunken och
skala 1:7 500 för banorna HD40 Mix, HD50 Mix, D55, H55, D65, H65, ÖM3, ÖM7 och ÖM8

Service på arenan: Högklassig grill och servering. Omklädning och dusch inomhus.

Information och tävlingsledning:

Tävlingsledare: Gösta Guteland 0736005940, Roger Larsson 0708570456

Mail: hostlunken@snattringesk.se

Banläggare: Stefan Svensson Gelius

Bankkontrollant: Rune Rådeström

Tävlingskontrollant: Göran Nilsson

**Varmt välkomna på härlig höstoriering önskar
Snättringe SK!**

