



PM till Novemberkåsan –23 november, 2019

Inkluderar Ultra-KM och SNO klassikern

Tid	Lördag 23 november, klubbstugan är öppen från 09.15. Kom i tid! Kort gemensam info kl 10.00
Plats/Samling	Oxvretens klubbstuga, Nykvarn, skärm från rondellen till klubbstugan. https://kartor.eniro.se/m/faBK3 .
Parkering	I anslutning till klubbstugan
Anmälan	Ordinarie anmälan stängd i Eventor, efteranmälan kan göras till tävlingsledaren, kontaktuppgifter se nedan.
Karta	Skala: 1:10 000, (1:7 500 för HD45-), 5 m ekv. Detta gäller ej avslutningskartan på respektive bana. Avslutningen är skala 1:10 000 för alla.
Stämplingssystem	Sportident
Kontrollbeskrivning	Endast lösa. Ej på kartan. (Det gick ej med skala 7500) Det är många kontroller. Långa har 29 kontroller. Ta så stor def-hållare som möjligt, alternativt två def-hållare.
Kontroller	Skärmar. Hängande SI-enheter. Mini-banan har tyvärr inte SI-enhet på alla kontroller. (6 SI var på service för batteribyte)
Ultra KM-regler	Minst 2 startade i klassen för att bli KM-segrare. 10 års klasser för H40-, ungdom, junior, senior (inkl HD35). Den som springer längst bana på bäst tid vinner. Enbart SNO-medlemmar kan bli klubbmästare.
Klasser och banlängder	Långa banan: 15,3 km Korta banan: 6,9 km Mellan banan: 10,5 km Mini banan (gul nivå): 3,0 km
Start	Gemensam start för respektive bana. Det kommer ordnats med biltransport som går i skytteltrafik till start. Från bilavsläppet 400m orange-vit snitsel till start. Transporten börjar gå: Långa: kl 10:10, start ca 10:30 Mellan: ca kl.10.30, start ca 10:50 Korta: ca kl 10.50, start ca 11:10. Mini: fri starttid vid klubbstugan mellan 10.00-11.00. Man får titta på kartan 1 min före start för att hitta igen vilken ordning man springer på de många kartklippen.
Kartbyte	Långa banan har 4 kartor. Mellan har de sista 3 och korta de sista 2 kartorna. De tre första kontrollerna på samtliga banor är ”startslingan”. När långa banan kommer in på karta nr 2 är det kontroll 4 på mellanbanan. När långa kommer in på karta 3 och mellan karta 2 är det kontroll 4 på korta banan. Sedan gemensam avslutning. Planeringen är att segrarna på varje bana ska gå i mål samtidigt och de som ligger sist på varje bana ska också gå imål samtidigt.
Vägpasager	Var extra försiktig vid passage av större vägar.
Spridningsmetod	Nej.
Kart- och terrängjusteringar	Banläggaren Tore har fått revidera kartan. Revideringen är grovt utförd. Banläggaren har valt att endast använda delar av kartorna och endast använda områden med fin terräng. Det förekommer inte grön eller gallrad



	terräng där banorna går. Men det finns stora sådana områden på kartan. Terrängen är fin, lättsprungen, ej kuperad, och ändå tillräckligt svårt. Minst hälften duger som teknikträning för eliten. Banläggaren är mycket nöjd med banor, terräng och kartor.
Vätska	När det är 3km kvar på samtliga banor. Både vatten och sportdryck finns.
Mål	Glöm inte bort att målstämpla.
Dusch/Toa	Omklädningsrum med dusch, bastu (OBS! gemensam dam- och herrbastu) och toaletter finns i Oxvreten. Inga toaletter vid start.
Första hjälpen	Sjukvårdsmateriel finns vid målet.
Prisutdelning	När klasserna är klara, ca kl. 14.00. Både segrare i KM och SNO Klassikern kommer prisas. Vi firar även de som gjort fina prestationer under sommaren och hösten.
Mat	Efter genomförd tävling kommer det att serveras ärtsoppa med bröd. (alternativ kommer finnas).
SNO 20 års-jubileum	Vi kommer i samband med maten även fira att Södertälje-Nykvärn orientering firar 20 årsjubileum.
Avgifter:	För icke SNO-medlemmar kommer vi ta ut en avgift på 100 kr för vuxna och 50 kr för ungdomar upp till 16 år. Då ingår tävlingsavgift och mat. Swisha nr: 0709-952670
Tävlingsledare/ Banläggare	Tomas Fagerstedt, e-post: tomas.fagerstedt@hotmail.com mobil: 0709-952670, Tore Eklund Tore.eklund@telia.com

Välkomna till årets Novemberkåsan 2019!