



Vännäs OK inbjuder till Rallarsvängen 2020

Medeldistans

Trinnliden den 4:e oktober 2020

Denna tävling genomförs enligt tillfälligt ramverk för tävlingsverksamhet från SOFT, anpassade till den rådande situationen angående coronaviruset. Vi följer riktlinjerna från SOFT samt Folkhälsomyndigheten och därför kan förutsättningarna komma att ändras. Generella råd från SOFT för att minska smittspridning:

- Hålla avstånd till andra.
- Den som är sjuk, även med milda symtom, ska inte delta i aktiviteter alls, utan stanna hemma till och med två dagar efter tillfrisknande. Insjuknar man under idrottsaktivitet ska man gå hem direkt.
- Personer över 70 år bör undvika offentliga miljöer och minska sociala kontakter.
- Minska moment med närkontakt, gör andra övningar istället.
- Uppmana till att om möjligt byta om hemma före och efter aktiviteter.
- Dela inte vattenflaskor, munskydd och liknande som kan överföra saliv.
- Se till att det finns möjlighet att torka av utrustning som används av flera.
- Se till att det finns möjlighet till handtvätt eller handsprit och uppmana till god handhygien.
- Undvik trängsel.

För att undvika folksamlingar kommer Inbjudan, PM och Resultatlistor endast delges digitalt på Eventor. Startlistor vid startplatsen och resultat löpande under tävlingen även på <https://liveresultat.orientering.se/>. Var uppmärksam på att eventuella revideringar av PM och/eller startlistor kan komma att uppdateras fram till tävlingsdagen.

Samling

Tävlingsarenan är belägen i Trinnliden, Vännäs. Vägvisning från Tobackabron i Vännäsby (se även [Eventor](#)).

Parkering

Parkering på tävlingsplatsen i nära anslutning till väg till start, utstämpling och toavagn. Ingen parkeringsavgift. Deltagare går direkt från parkeringen till start samt efter målgång direkt från utstämpling till parkeringen.

Start

En startplats. 400 m till start orange/vit snitsel. Första ordinarie start kl. 11.00. Efteranmälda startar före ordinarie startfält. Även klasserna Inskolning och Öppen-klasser tilldelas starttider. Utökat startdjup kommer att tillämpas. OBS: Startstämpling gäller för Inskolning och för Öppen-klasser men vi ber deltagare att ändå passa tilldelade starttider.

Maximalt antal startande sätts till 2 personer per minut med 2 minuters startmellanrum (1 dam + 1 herr) för att säkerställa att inte folksamling större än 50 personer uppstår vid starten. Ingen toalett vid start, toa-vagn vid parkeringen.

Klasser

Klassindelning enligt SOFT:s nya rekommendationer för 2020. Vid för få anmälda till en klass förbehåller sig arrangören rätten att slå samman klasser. Slutliga banlängder anges i startlistan.

Öppna klasser enbart med föranmälan: Inskolning 2 km, Mycket lätt 2 km, Lätt 2,5 km, Lätt 5 km, Medelsvår 3 km, Svår 5 km.

Nummerlappar

Inga nummerlappar

Karta

Trinnliden: Nyritad karta 2020 av Pär Norén. 5 meters ekvidistans.

Marka/Dusch/Toa

Ingen marka eller dusch. Toavagn vid parkeringen.

Terrängbeskrivning

Terrängbeskrivningen kommer att uppdateras senare.

Anmälan

Ordinarie anmälan via [Eventor](#) senast söndag 27 oktober kl. 23.59. Anmälan i undantagsfall via e-post till: vannasok_mail@yahoo.se inklusive namn, klubb, klass och SI-nummer. Efteranmälan mot 50% högre avgift senast torsdag 1:a oktober kl. 18.00.

Direktanmälan

Ingen direktanmälan.

Anmälningsavgifter

Ungdom t.o.m. 16 år 70: -, vuxen 140: - (gäller även för öppna klasser).

Anmälningsavgifter faktureras klubbvis i efterhand via Eventor.

Parlöpfung och skuggning

Tillåtet i Inskolnings- och Öppna klasser.

Stämplingssystem

Sportident (ej tuchfree). Ett visst antal SI-pinnar finns att hyra vid TC för 25 kr.

Tävlingsregler

SOFT:s tävlingsregler gäller. Tävlade sker som alltid på egen risk

Huvudfunktionärer

Tävlingsledare

Gunnar Kalén (070-6111023, kalengunnar@gmail.com)

Banläggare

Pär Norén (070-637 32 12, par.noren@umu.se)

Sekretariat/Anmälan

Jonas Fridman (070-678 4052, vannasok_mail@yahoo.se)



Vännäs OK önskar alla deltagare varmt välkomna!