



PM



STOF:S UNGDOMSSTAFETT

Lördagen den 16 maj 2020

Just nu är det viktigaste att hålla nere smittspridningen. Därför är prioritet 1 för ungdomsstafetten, att hålla sig inom riktlinjerna som Folkhälsomyndigheten satt upp. De åtgärder som vidtagits inför denna stafett finns beskrivna i detta PM och det är viktigt att varje klubb sätter sig in i informationen och säkerställer att alla deltagare vet vad som gäller för att detta ska gå att genomföra på ett smittsäkert sätt. Detta kräver alltså att var och en bidrar med att ta sitt ansvar.

Arenan

Varje klubb har en egen "hemvist" som är markerad som en ruta på marken och märkt med klubbnamnet. I arenaskissen nedan framgår hur dessa inrutade hemvister ligger. Vid ankomst till arenan söker man upp sin hemvist där det finns en unik klubbpåse som innehåller:

- Alla löparens kartor ihoprullade och förseglade fram till respektive start
- Nummerlappar (StOF passar på att använda sparade felutskrivna nummerserier)

Det är mycket viktigt att ni verkligen följer instruktionen att man **som deltagare och ledare måste befinna sig inom denna inrutade hemvist under arrangemangets gång!** Undantag för detta är

- under uppvärmning som bara kan ske när löparen på föregående sträcka har gått ut
- när man själv springer

Det är inte tillåtet att besöka annan klubbs hemvist. Upp till två ledare får vara i detta avgränsade område. Övriga medföljande ska hålla sig utanför arenaområdet, där det är Folkhälsomyndighetens allmänna restriktioner för social distansering som gäller.

Det går utmärkt att sätta upp eget vindskydd i sin hemvist-ruta.

Klassinfo

Str	Banlängd	Nivå	Spridning	Antal löpare
1	4100-4170 m	Orange	Gafflad	1
2	4100-4170 m	Orange	Gafflad	1
3	2990 m	Gul	Rak	1-2
4	2990 m	Gul	Rak	1-2
5	5310-5380 m	Orange	Gafflad	1

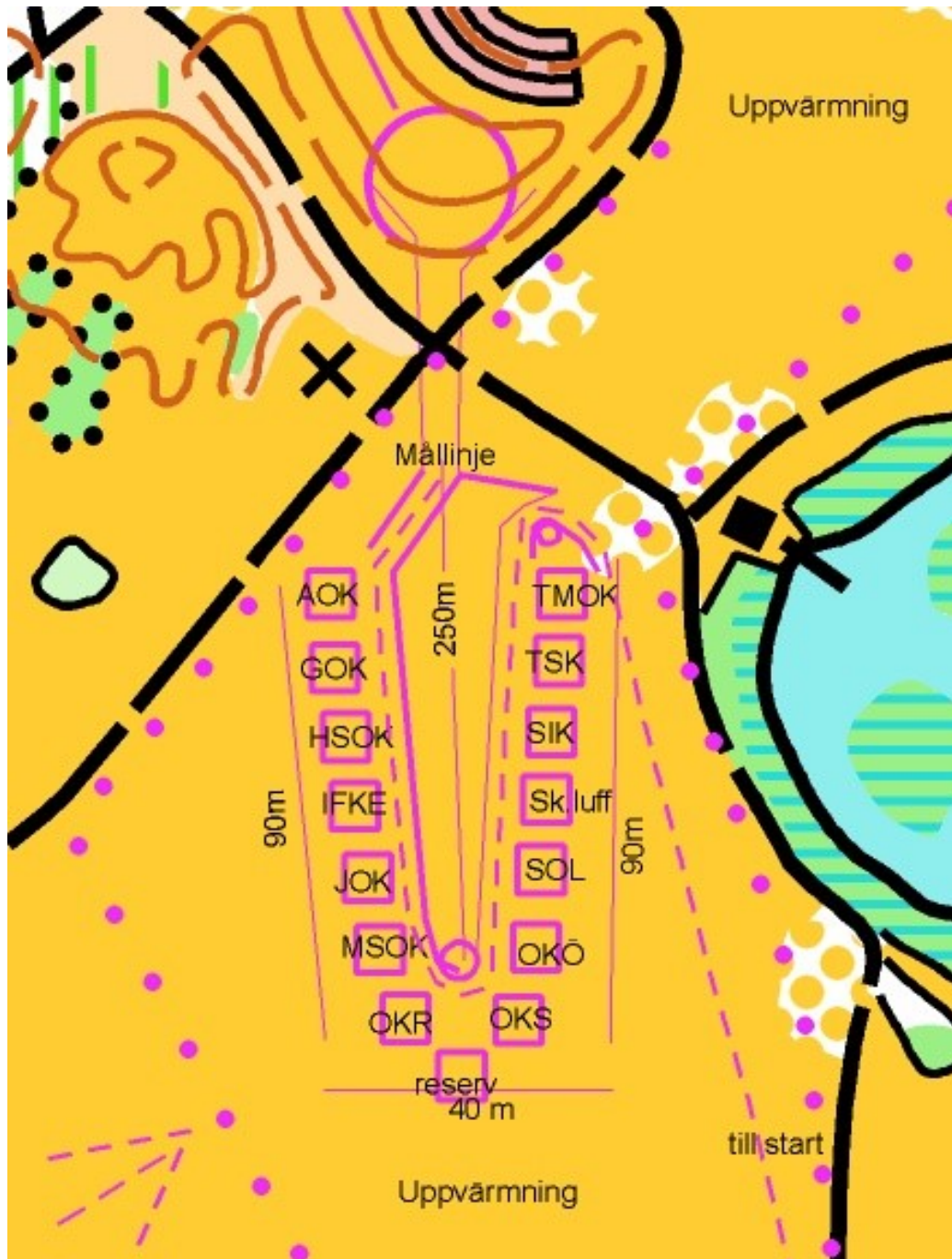
Lagändringar görs vid sekretariatspersonen senast kl 09.00.

Start- och växlingsprocedur

Stafetten löps som en vanlig stafett men med växling vid egen hemvist. Ihoprullade kartor kommer att erhållas i lagpåsar direkt vid ankomst och det är **ledarnas ansvar att se till att rätt löpare för rätt karta och inte öppnar den förrän vid start/växling**. Vi samlar heller inte in några kartor efter genomfört lopp så det är löparens ansvar att inte visa den för lagkamrater eller andra som ännu inte sprungit.

Alla sträckor löper längs den sträckade linjen mellan mållinjen och till startpunkten och passerar således alla hemvister där växling sker vid den egna hemvist-rutan. **OBS! Norr om TMOKs hemvist finns en skärm med enhet där alla löpare ska startstämpla UTOM PÅ FÖSTA STRÄCKKAN.**

Sträcka 1: Starten är belägen längst upp till höger på arenaskissen, ungefär vid ordet "Uppvärmning". Upprop sker 2 minuter före start. Varje löpare ska själv ha med sig sin ihoprullade karta till starten och sprättar förseglingen vid startsignal kl 09.30. Startsnitseln går sedan förbi mållinjen och genom hemvistområdet längs den sträckade linjen. **OBS! Startstämpling gäller inte första sträckan!**



Start och omstart

Gemensam start kl 09.30. Omstart ca 15 min efter att ledande lag gått ut på sista sträckan. För omstarten – de instruktioner för "Sträcka 1" i stycket ovanför.

Utstämpling

Efter växling/målgång går en klubbledare med SI-brickan till utstämplingen.

Upplysningar

Tävlingsledare Göran Hellgren goran.hellgren@sdfstockholm.se

Banläggare

Lars Forsberg och Göran Hellgren, Stockholms OF

Sekretariatsansvarig

Per Forsberg, Stockholms OF