

Vänersborgsmedeln

Vänersborgs SK inbjuder till nationell orienteringstävling, medeldistans, söndag 30 augusti 2020. På grund av coronapandemin har vi tvingats göra vissa begränsningar i klassindelningen och upplägget.

Vi har säkrat så att det är möjligt att ha avstånd mellan de tävlande. Det är över 1 km mellan de båda starterna. Det åligger varje deltagare att följa de bestämmelser och uppmaningar som Folkhälsomyndigheten angett.

Karta , terräng och banor

För klasserna HD16 och äldre samt de svårare öppna klasserna erbjuds en nyreviderad karta 2020 av Carl-Henry Andersson. Stårkeboområdet består av småskuren och detaljrik skogsterräng med svag kupering och god framkomlighet.

För ungdomsklasserna går banorna i ett annat terrängområde runt Vänersborgs Skidstuga. Kartan är nyreviderad där bland annat nya MTB-spår är inlagda.

Klasserna H/D 70 och äldre samt inskolning utgår. Ingen skuggning är tillåten.

Banlängder och svårighetsgrad enligt SOFT:s tävlingsregler och bestämmelser.

Parkering och samling.

Parkering sker i anslutning till Vänersborgs Skidstuga. Vi kommer att ha ett avstånd mellan varje fordon på minst två meter. Ombyte sker vid respektive bil. Snitsel till start utgår direkt från parkeringen.

Vi uppmanar deltagare att ej komma för tidigt samt att lämna området så fort som möjligt.

Anmälan och startgrupp

Via Eventor anmälar man sig och väljer också startgrupp. Detta bör samordnas med övriga som åker i samma bil. Fri minutstart inom varje startgrupp. 100 i varje startgrupp fördelat på två helt skilda starter och 35 klasser.

9.00-10.00 / 10.00-11.00 / 11.00-12.00 / 12.00-13.00. Vi öppnar fler grupper ifall behov finns.

Anmälan senast söndag 23 augusti. Efteranmälan senast lördag 29 augusti 16.00 om det finns utrymme i respektive startgrupp. Observera att man vid anmälan också måste välja startgrupp. Anmälningsavgiften 140 kr. för vuxna och 70 kr. för ungdom. 50% tillägg vid efteranmälan. Ingen anmälan till öppna banor på tävlingsdagen.

Stanna hemma om du känner dig sjuk. Vi ger dig möjlighet att lämna återbud om du känner dig sjuk eller har symtom innan tävlingsdagen. Vi tar endast ut en administrativ kostnad på 25:-

Startprocedur

Det finns ett stort uppvärmningsområde innan man går in i startfållan. Där sker avprickning. På signal går man fram till klassens kartlåda. En lös kontrollbeskrivning finns i kartans plastficka. Den kan plockas ut och läggas i en angivelsehållare. På signal förflyttar man sig lugnt till startstämplingen. Tänk på hålla avstånd.

För H/D 16 och yngre finns en extra startruta där man har möjlighet att se kartan en minut före start.

Start 1

H16, H18, H20, H21, H35, H40, H45, H50, H55, H60, H65
D16, D18, D20, D21, D35, D40, D45, D50, D55, D60, D65
Öppna klasser: svår 3km och svår 5km

1000 meter till start längs trafikerad väg. Vi ber er iaktta försiktighet. Håll avstånd till andra deltagare.

Start 2

H10, H12, H14, D10, D12, D14

Öppna klasser: mycket lätt 2 km, mycket lätt 4 km, lätt 2,5 km och lätt 5 km, medelsvår 3 km

Avprickning vid Skidstugan därefter 400 m till startområde. Det är inte tillåtet med medföljare till start eller skuggning på banan. Detta för att hålla ner antalet personer som är samlade.

Toaletter

Det kommer att finnas toaletter vid parkeringen och start 1

Start 2 har också möjlighet att använda toaletter i Skidstugans omklädningsrum.

Mål

För start 1 gäller skogsmål 600 m från parkeringen . Efter målgång ska du skyndsamt bege dig tillbaka mot parkeringen och avläsning i Skidstugan. Vi kommer att ha flera avläsningsenheter med avståndsmarkeringar. Våra avspärningar måste respekteras.

Start 2 har målgång vid Skidstugan och därefter direkt avläsning.

Resultat

Endast onlineresultat.

Priser

Presentkort på SM sport i de yngre klasserna enligt SOFT:s rekommendationer. Vi skickar dessa till klubbadressen.

Övrig

SM sport finns på plats med sportförsäljning.

Första hjälpen finns i Skidstugan.

Ingen dusch eller servering

Bad

Vid Ursands camping 3 km från Skidstugan finns möjlighet till bad.

Tävlingsledare: Gunilla Hogedal 070-2399353

Banläggare: Michael Johansson 070-6666377

Tävlingskontrollant: Ingrid Jessen Främmestad IK

Bankontrollant: Lennart Ekvall Trollhättan SOK

Välkomna