



Svenska Mästerskap MTBO 2020

29:e Augusti - SM Sprint

30:e Augusti - SM Medel



Slutgiltigt PM MTBO
29:e Augusti SM Sprintdistans
30:e Augusti SM Medeldistans
Nykvarn



Vi erbjuder utmanade tävlingar i sprint- och medeldistans, inga kompromisser. Men för att minimera risken för smittspridning vidtar vi vissa försiktighetsåtgärder. Det innebär:

- Ökat startdjup med startgrupper, räkna med att det blir stora startdjup
- Klubbstartlottning för att klubbmedlemmar ska kunna samåka och minimera tiden ute på tävlingen
- Klasserna HD 70+ utgår
- Ingen dusch
- Ingen Kamratmåltid lördag kväll
- Information, startlistor och resultat endast på internet och Live
- Ingen servering
- Air+ beröringsfri stämpling
- Inga sträcktidsutskrifter ute på tävlingen
- Ingen anmälan på plats
- Ingen arena
- Extra toaletter
- Ingen prisutdelning på plats.
- Handsprit finns tillgängligt – använd den

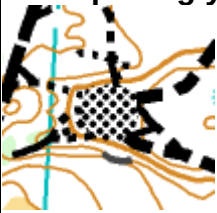
Vi uppmanar också samtliga att hålla avstånd på parkeringen vid starten och målet och inte stanna längre än nödvändigt på tävlingen. Och såklart känner du symptom eller är du sjuk stannar du hemma.

Om nya riktlinjer eller lagar kommer från Folkhälsomyndigheten eller regeringen kan tävlingarna tvingas att ställas in.

Välkomna önskar

Södertälje Nykvarn Orientering

Samling/Parkering	Ingen Arena förekommer. Parkering sker i anslutning till Turingeskolan i Nykvarn. Husbilar och husvagnar hänvisas till Hökmossbadets parkering, 300m SV om Turingeskolan. Följ arrangörens anvisningar. P-avgift 20:- som swishas till 0736553438 (Mats Heldt) Turingeskolan ligger 5 min cykelväg från Nykvarns station (Regionaltåg). Se separat parkeringskarta i Eventor.		
Start & Målplats	För att minimera smittspridning finns ingen arena. Båda dagarna består tävlingarna av 2 olika starter och 2 olika mål. Målen ligger 100m respektive 500m från Turingeskolan. Vi uppmanar er att minimera er närvaro vid start och mål så mycket som möjligt.		
Klasser	Klasser D10 D12 D14 D16 USM D17-20 JSM D21 SM D40 VSM D45 VSM D50 VSM D55 VSM D60 VSM D65 VSM H10 H12 H14 H16 USM H17-20 JSM H21 SM H40 VSM H45 VSM H50 VSM H55 VSM H60 VSM H65 VSM	Banlängd Sprint 3.7 km 3.7 km 4.2 km 4.4 km 5.1 km 5.4 km 5.1 km 4.6 km 4.4 km 4.4 km 4.0 km 4.0 km 3.7 km 3.7 km 4.2 km 4.6 km 5.4 km 5.9 km 5.4 km 5.4 km 5.1 km 4.6 km 4.2 km 4.2 km	Banlängd Medel 3.9 km 3.9 km 4.9 km 6.9 km 9.2 km 11.8 km 9.2 km 9.2 km 7.9 km 7.9 km 6.9 km 6.9 km 3.9 km 3.9 km 4.9 km 7.9 km 11.8 km 13.1 km 11.8 km 11.8 km 10.2 km 10.2 km 9.2 km 9.2 km
Karta	Lördag 29:e Augusti, Sprintdistans 1:6000 Söndag 30:e Augusti, Medeldistans 1:11000 MTBO Standard, reviderad 2019-2020 av Mats Heldt enl ISMTBOM. Ekvidistans 5 meter. Färglaserutskriften på vattenfast papper via KARTSAM Information om MTBO karta kan hittas här: MTBO-Kartan Kartstorlek A3 båda dagarna. Banan är tryckt med kontrollnummer och kodsiffran i anslutning, ex: 2-35. Det är endast tillåtet att cykla på stigar och vägar markerade på kartan inklusive brunmarkerade grusade ytor samt på Orange och svartprickiga ytor, se exempel. Övriga områden (inklusive alla gula områden) är att betrakta som förbjudet område.		

	En del otydliga stigar är vitsnitslade. Hinder (omkull fallna träd o dyl) på stigar är markerade med ett lila streck på tävlingskartorna. Det är TILLÅTET att runda dessa i skogen även om markerad stig inte finns på kartan. Orange yta=Tillåten att cykla på:  Svart prickig yta = tillåten att cykla på:  Tävlingarna går i närområden, på trafikerade vägar och i bostadsområden. Det är av yttersta vikt att de tävlande visar hänsyn och alltid följer gällande trafikregler och att följa tävlingsreglerna. Arrangören kommer att sätta upp varningsskyltar och ha vakter utmed banorna. Ytterst är det de tävlandes ansvar.
Kartvändning	Lördag 29:e Augusti, Sprintdistans, Alla klasser Söndag 30:e Augusti, Medeldistans Alla klasser UTOM HD10, HD12 och HD14 Kartvändning sker EN gång per klass: Dvs på karta märkt del 1: Har du t ex start -> kontroll 9. På karta märkt del 2 (baksidan) har du startpunkt = som är lika som kontroll 9 -> Mål. Vid kartvändning flytta er gärna bort från kontrollen för att underlätta för andra medtävlare att kunna stämpla och passera. Vid starten ligger del 1 uppåt.
Terräng Sprint	Sprinten blir i huvudsak en skogssprint med intensiv kartläsning. Banorna har två olika karaktärer. I början snabba stigar och i slutet mer teknisk cykling. Måttlig till svag kupering. Viss cykling i bostadsområde kan ske. Viktigt att hålla uppsikt på bilar och boende. Följ gällande trafikregler.
Terräng Medel	Medeldistansen karaktäriseras av vägval i för de flesta klasserna 2 olika terrängområden. Ett tallhedsliknande område med i huvudsak snabba stigar. Det andra partiet består av blandade stigar men med mer teknisk cykling. I huvudsak flack terräng. Viss cykling i bostadsområde kan ske. Viktigt att hålla uppsikt på bilar och boende. Följ gällande trafikregler.
Järnväg	En järnväg går rakt igenom tävlingskartan. Den får endast passeras vid planskilda korsningar. All annan passage medför diskvalifikation. Detta gäller både vid tävling och på väg till start.
Var uppmärksam	Alla banor går i samma område vilket innebär att det kommer bli många möten. SE UPP. Högertrafik gäller. Vid möte i backe ska åkare som åker UTFÖR lämna företräde.

Nummerlappar	Utgår
Öppna Klasser/ Direktanmälan	Utgår
Start	Första Start Sprint Lördag 29 Augusti 11.00 Första Start Medel Söndag 30 Augusti 10.00 För att minimera smittspridning är starttiderna lottade i startgrupper. Vägen till start startar vid Turingeskolan. Där kommer en Startbänderoll att finnas. Vid Startbänderollen finns kartor för var och en att ta för att hitta till start. Toaletter finns på väg till eller vid starterna båda dagarna Sprintdistans Lördag 29 Augusti: Start 1: 2300 m Klasser: H21, D21, H17-20, D17-20, H40, D40, H45, H50, Start 2: 1900 m Klasser: H10, D10, H12, D12, H14, D14, H16, D16, D45, D50, D55, H55, D60, H60, D65, H65 Medeldistans Söndag 30 Augusti: Start 1: 6700 m Klasser: H10, D10, H12, D12, H14, D14, H17-20, H21, D21, H40, H45 Start 2: 6800 m Klasser: D16, H16, D17-20, D40, D45, H50, D50, H55, D55, H60, D60, H65, D65 Vägen till starterna på söndagen passerar en järnväg. Järnvägen får endast passeras enligt det markerade rutten på "startkartan" Om annan väg tas medför det diskvalifikation. OBS! Var uppmärksamma på att några klasser byter start mellan dagarna och var vaksamma där vägen till starterna delar på sig så ni kommer rätt. Ingen transport av överdragskläder från start.
Startrutin	Vid två minuter kvar rullar åkaren in i fälla ett. Där skall en obligatorisk "Check" av SI/SIAC-pinne genomföras, detta startar "Air+" funktionen i er pinne. I den första fällan finns även en SI-enhet där ett test av "Air+"funktionen kan genomföras. Vid en minut kvar rullar man fram och tar kartan. För de klasser som har kartvändning ligger del 1 av banan uppåt. SOFT:s regler tillämpas för sen start – kontakta startpersonal vid missad "Gå fram tid". Om plastficka önskas finns det för självservering i samband med start.
Sen Start	Ingen start senare än 30 min efter din ordinarie starttid accepteras
Sammanslagning klasser	Sprint D65 slås ihop med D60 Medel D65 slås ihop med D60

Startlista	Publiceras på Eventor senast tisdag 25:e augusti med ordinarie anmälda. Efteranmälda kommer att placeras in i startlistan så nära övriga klubbmedlemmar som möjligt.
Seedning	Ingen seedning kommer att genomföras.
Stämplings system	Sportident. SI-bricka 5, 6, 8, 9, 10, 11 och SIAC kan användas. SI stämplingsenheter kommer att ställas i "Air+" vilket möjliggör beröringsfri stämpling med SIAC. Stämplingsområdet för "Air+" är ca 25-40cm. Givetvis kan vanlig stämpling i SI-enhet göras om du inte har tillgång till SIAC-bricka. Batteritest med instruktion kommer att finnas vid startbanderollen Turingeskolan. Det är alltid den tävlandes ansvar att säkerställa att stämpling registreras. Om du är osäker, använd vanlig stämpling. SI-card kan hyras via arrangören, det bokas i samband med anmälan på Eventor: Hyrbricka hämtas upp vid sjukvården vid Turingeskolan. Om du inte lämnar tillbaka den hyrda brickan: SI-bricka: 400 SEK SIAC-bricka: 800 SEK
Brickändring mm	Brickändring och andra sena sekretariats-relaterade ärenden: Använd formuläret som finns här: Ändringsformulär
Kontrollmarkering	Orienteringsskärm och SI-enhet på pinne eller träbock. Reserv SI-enhet kommer att hänga under skärmen om huvudenheten inte fungerar. Det är den tävlandes ansvar att säkerställa att man får med sig giltig stämpling.
Målgång	Genom Air+ stämpling eller vanlig stämpling i SI-enhet på mållinjen. Brickavläsning i anslutning till respektive mål. Ingen separat röd utgång. Inga sträcktidslappar.
Fair Play	Vi kommer inte att samla in kartorna efter målgång, men det är inte tillåtet att visa kartan för tävlande som ännu inte startat. Så här står det i SOFT:s regelverk: <i>"Tävlande får inte försöka skaffa sig otillåten fördel. Det finns många exempel på vad som menas med otillåten fördel, t ex ta del av banläggning på förhand, ta del av upplysningar från tävlande som redan sprungit, fråga sig fram i skogen etc. Notera att det till och med är förbjudet att försöka, trots att den utpekade inte får någon fördel av försöket."</i>
Maxtid	Sprint 1,5 timmar Medel 2 timmar
Toaletter	Finns på Turingeskolan och på väg till start
Handsprit	Finns vid startbanderollen, på toaletterna och vid start & mål.
Priser	SM, USM, JSM och VSM-plaketter skickas i efterhand av SOFT. På söndagens Medeldistans delas ett deltagarpris ut till alla som går i mål.
Info och resultat	På Eventor. Live-resultat båda dagarna (Preliminära resultat) Vi kommer även försöka göra web/youtube-sändningar från mål och ev. även radiokontroller. Se mer info och länk i Eventor närmare tävling.
Hjälmtvång	Ingen hjälm = ingen start
Vätska	Medtages själva av deltagarna
Första Hjälpen	Finns vid Turingeskolan, Telefonnr är: 073 58 96 200

Tävlingsregler	Svenska Orienteringsförbundets tävlingsregler kompletterad med detta PM gäller.
Anmälan/protest	Anmälan om regelöverträdelser lämnas till Per-Göran Månsson 0709 15 47 60
Tävlingsjury	Sammankallande Lars Pontén Uppland, 070 512 96 48. Övriga Jury medlemmar: Sara Forsgren Ångermanland, Pesho Hedberg Skåne, Mia Eronn Östergötland
Cykelservice	En utmärkt cykelaffär finns i Södertälje 15km från Nykvarn. Cykeltjänst (Hitta dit) https://www.cykeltjanst.com/ Akuthjälp efter stängning lördag ring 0725 15 08 99 På söndagen kommer Cykeltjänst också att finnas vid parkeringen Turingeskolan för försäljning och enklare mekhjälp
Avlysning	Se Eventor
Banläggare	Magnus Grahn, Mats Heldt
Tävlingsledning / Upplysningar	Per-Göran Månsson (per-goran.mansson@astrazeneca.com) 0709 15 47 60 Mats Heldt (matsheldt@gmail.com) 0736 55 34 38 Lars Bygdén (lars@bygden.nu) 0707 98 91 03 Arrangörscoach Magnus Blåudd

CYKELTJÄNST
S I N C E 1 9 5 2

SÖDERTÄLJE
VASA HANDELSPLATS
MAXI
ICA STORMARKNAD

