PM för DM i Medeldistans för Västmanland lördag 12 september 2020

Viktig information:

FÖR DIN OCH DINA OL-KAMRATERS SÄKERHET! Pandemin finns oavsett officiella begränsningar, siffror och statistik. Det är DITT ansvar att detta arrangemang kan genomföras på ett säkert sätt. **Stanna hemma om du eller någon i din familj eller dagliga umgängeskrets är sjuk eller visar symptom**, undvik samåkning utanför familj eller de som du dagligen umgås med, lämna TA (tävlingen) så fort som möjligt (max 15 minuter på arenan). Vänta inte på kamrater. Om du trots allt måste vänta (ex mindre barn) se till att hålla dig avskilt med stort avstånd till andra. Det beror på just DIG och ditt beteende om vi ska kunna genomföra tävlingen – följ våra anvisningar!

Avanmälan Den som innan tävlingsdagen anmäler återbud p.g.a. att man själv eller någon i familjen känner sig sjuk (har symptom) betalar endast en administrationsavgift på 25 kronor. Sådant återbud lämnas skriftligen till ibp@salaok.se. Ange namn, klubb och klass.

Arena Järndammen ca 8 km norr om Sala. Vägvisning vid utfarten från Sala mot Avesta 59°56.202'N 16°34.076'E . Se kartklipp.
Rekommendationen är att efter målgång lämna Arenan så snart som möjligt för att undvika trängsel, helst inom 15 minuter. Avstånd från avläsning till parkering ca 100-450 meter.

Parkering På grusytor och längs väg, följ parkeringsfunktionärers anvisningar.
Avgift 20 kr betalas med Swish 123 213 49 89 eller skanna QR-koden nedan. Swisha gärna hemma då det kan vara dålig mobiltäckning vid arenan.
Rekommendationen är att anpassa resan så att man inte kommer tidigare än ca 45 minuter före sin starttid till parkeringen. Tävlande som väntar på sin starttid sitter med fördel kvar i bilen tills det är dags att bege sig till start.
Husbilsparkering – var vänlig kontakta Sten-Åke Holmberg tel 073-747 25 00.



Klasser Klasser och banlängder:

D10	2,0 km	D50	3,1 km	H21	4,7 km
D12	2,5 km	D55	3,1 km	H35	4,7 km
D14	3,0 km	D60	2,6 km	H40	4,2 km
D16	3,5 km	D65	2,6 km	H45	4,2 km
D18	3,5 km	H10	2,0 km	H50	3,6 km
D20	3,6 km	H12	2,5 km	H55	3,6 km
D21	3,6 km	H14	3,0 km	H60	3,5 km
D35	3,6 km	H16	3,5 km	H65	3,1 km
D40	3,5 km	H18	3,5 km		
D45	3,1 km	H20	3,6 km		

En klass har DM-status när minst två löpare kommer till start.

Strukna klasser: D20, D35 och H20

Start Avstånd från parkeringen till start: Ca 1100-1500 meter längs kuperad stig, följ orange/vit snitsel.
Undvik att uppehålla dig onödigt länge framför startfållan och var noggrann med avstånd till andra tävlande och funktionärer.
Töm-check endast vid starten.
Gå fram-tid 2 minuter för start. Minutstart för samtliga.
DH10-16 får kartan 1 minut före start, övriga i startögonblicket.
Första start klockan 09:30. Lottade starttider inom varje startgrupp. Om ingen startgrupp valts har löparna lottats in på lediga platser.
Ingen toalett vid starten.

Definitioner Definitioner endast tryckta på kartan.

Stämpling Sportident, alla bricktyper är tillåtna. Eventuell ändring av bricknummer lämnas till funktionär vid starten.

Hyrbrickor Hyrbrickor lämnas ut vid starten. Avgift hyrbricka 30 kr (faktureras klubben i efterhand). Borttappad hyrbricka debiteras med 525 kr (faktureras klubben i efterhand).

Karta Järndammen. Största delarna av kartan är reviderad av Roger Åsberg 2018-2020. Färgutskrift. Skala: 1:10 000 för klasserna D/H16 till D/H40. Skala 1:7 500 för övriga klasser. Ekvidistans 2,5 meter.

Terräng Öppen, lättframkomlig, svagt till måttligt kuperad skogsmark. Hyggen och grönområden förekommer i mindre omfattning. Några höjder med större detaljrikedom. Det är tätt mellan kontrollerna i vissa områden, kolla kodsiffrorna!

Startlistor Startlistor samt PM kommer att finnas i Eventor. Senaste versionen av PM och startlista finns även på anslagstavlor vid parkeringarna samt vid starten.

Målgång Utbrutet mål. Kom ihåg att målstämpla!

Efter målgång följer du snitsel till avläsningen (ca 100 meter) där du stämplar ut själv i en avläsningsstation. Du får en sträcktidslapp så du kan se själv att brickan blivit avläst. I händelse av felstämpling som du själv inte är medveten om går du till ”röd utgång” beläget på baksidan av sekretariatstältet. Sekretariatspersonal bevakar utstämplingen.
Om du utgått ska du ändå uppsöka avläsningen för utstämpling.

Lämna målområdet så fort som möjligt! Ingen folksamling vid målet. Följ skyltning tillbaka till parkeringen (ca 100-450 meter).

Klagomur Se ”röd utgång” ovan.

Resultat Resultat redovisas på Eventor efter avslutad tävling samt Liveresultat via din mobil under dagen. Inga reslutat på Arenan!

Maxtid 2, 0 tim

Dusch/toa Ingen dusch på Arenan, ombyte i egen bil, dusch vid hemkomsten.

Toaletter finnas i anslutning till parkeringen. **Var extra noga med att tvätta och sprita händerna efteråt!** Vatten, tvål och handsprit finns vid toaletterna.

Försäljning Ingen marka på Arenan. Ta med egen dryck och mat.

Barnpassning Ingen barnpassning

Direktanm. Ingen direktanmälan.

Priser Alla ungdomar t.o.m. 12 år erhåller ett mindre pris direkt efter målgång (självservering). Plaketter till segraren i klasser som har minst två startande. Plaketterna delas ut vid ett senare tillfälle.

Sjukvård Hjärtstartare samt omplåstringsmaterial för självändamål finns i anslutning till mål/avläsningen. Mobilnummer till Arena finns på kartorna.

Tävlingsorg Tävlingsledare: Inga-Britt Pettersson Sala OK
Bitr. tävlingsledare: Lena Larsson Sala OK
Tävlingskontrollant: Anders Jönsson OK Triangeln
Banläggare: Mårten Källström Sala OK
Bankontrollant: Göran Larsson Sala OK

Jury Anna-Karin Johansson Vandrarringen, Johan Källman Norberg och Lena Jansson Arboga

Upplysning Inga-Britt Pettersson, 070-770 47 58, ibp@salaok.se
Tel.nr till arenan: 070-770 47 58



VÄLKOMNA!