



Värmlandstrippeln 2020

PM Långdistans

Söndag 4 oktober

Coronaregler

- Om du har luftvägssymptom, stanna hemma!
- Samåk inte till tävlingen med personer från andra hushåll
- Kom gärna ombytt eller byt om i bilen
- Gå direkt till starten
- Följ funktionärernas instruktioner
- Håll ditt avstånd från andra om det uppstår köer
- Lämna arenan så snart som möjligt efter ditt lopp
- Njut av tiden i skogen!

Klasser och banlängder

Åldersklasser, ungefärliga banlängder:

D21	7km	D14	4km	D45	5km
H21	9km	H14	4km	H45	6.5km
D21K	6km	D12	2.5km	D50	4km
H21K	7.5km	H12	2.5km	H50	6.5km
D20	6km	D10	2.5km	D55	4km
H20	7.5km	H10	2.5km	H55	6km
D18	6km	D35	6km	D60	3.5km
H18	7.5km	H35	7.5km	H60	4.5km
D16	5km	D40	6km	D65	3.5km
H16	6km	H40	7.5km	H65	4.5km

Öppna klasser: Inskolning 2 km, Mycket lätt 2 km, Lätt 2,5 km, Lätt 5 km, Medelsvår 3 km, Svår 3 km, Svår 5 km, Svår 7 km.

Lilla VM

Tävlingen är sista deltävlingen i Lilla VM, en serie för Värmlands ungdomar. Detta gäller klasserna D/H 12, 14, 16. På grund av Corona så blir det en "light-version" d.v.s. ingen jaktstart, ingen uppföljning med speaker och nummerlappar, och tyvärr inte heller någon prisutdelning.



Samling och parkering

Halkbanan vid Värmlands Trafikcenter, Svenstorp 1, 664 91 Grums.

Parkering enligt anvisning inne på halkbanan. Avgift 20 kr, betalas med Swish till 123 4404 356.

Start

Första start kl. 10:00. Följ snitsel norrut från arenan, se upp för trafik när ni går en kortare sträcka på grusväg. Avstånd till start ca 700m.

Åldersklasser kommer ha lottade tider, men utan startstämpling som det tidigare stod i inbjudan. Fri starttid med startstämpling inom angiven tid för öppna klasser.

I klasserna D/H 10-16 får löparen titta på kartan 1 minut före start. Löpare i öppna klasser får kolla fritt på kartan innan de startar.

Överdrag

Överdrag transporteras ej från start.

Karta

Ålviksskogen. Ritad 2017 av Per Bengtsson och Jan-Olov Andersson. Reviderad 2020. Skala 1:10 000 för D/H16-40 och Svår 7km, och 1:7 500 för övriga. Ekvidistans 5 m. Digitalutskrift.

En otydlig drivningsväg är markerad med vit snitsel i terrängen och lila streck på kartan, berör främst D/H12, D/H14, Lätt 2.5km, Medelsvår Orange 3km och Lätt 5km.

Banläggarens ord

Det är roligt att lägga banor på en så bra karta över den fina men bitvis tuffa terrängen intill Vänern. Det kan vara värt att påpeka för de tävlande att en del branter inte är lodräta och det växer mossor på en del branter och stenar.

Kontrollbeskrivning

Finns lösa vid start och tryckta på kartan.

Förbjudna områden

Förbjudna områden är markerade med lila raster, heldragen linje visar heldragen snitsel, annars är det inte markerat i terrängen. Var extra uppmärksam på åkermark mot slutet av banorna.

Terrängbeskrivning

Detaljerad men stigfattig terräng, måttligt till starkt kuperat, varierande framkomlighet.

OBS! Det kan förekomma tunga fordon på grusvägarna, var uppmärksamma när ni passerar dessa.

Vätska

Vätskestationer finns på de längre banorna.

Stämplingssystem och hyrbrickor

SportIdent används. Alla brickor kan användas. Hyrbrickor hämtas i sekretariatet. Ej återlämnad hyrbricka debiteras löparens klubb med 500 kr.

Betalning

Anmälningsavgiften faktureras till klubbarna i efterhand. Löpare som inte är med i en svensk orienteringsklubb betalar i sekretariatet på tävlingsdagen, helst med Swish.

Tävlingsregler

SOFTs Tävlingsregler gäller. Maxtid 2,5 timmar.

Service

Toaletter finns på arenan. Sjukvårdare finns också på plats. All annan service såsom dusch, marka, barnpassning, speaker och resultatangivelse utgår.

Tävlingsledning

Tävlingsledare: Kirsty McIntyre (kirstymc93@gmail.com) 070 202 83 27

Banläggare: Jonas Cederlöf

Tävlingssekreterare: Tom Hollowell

Bankontrollant: Colin McIntyre

Tävlingskontrollant: Sören Johansson, VOF (070-695 89 76)

Tävlingsjury: Britt Fredriksson (Kroppa IF), Andreas Blomgren (OK Hierne), Conny Gunnarsson (OK Älgen)