



PM Nordcupen, deltävling 5

Lördagen den 28 november 2020

*Klubbtävling för Attunda, Bromma-Vällingby, Järfälla, Lidingö, Mälarö,
Solna, Sundbyberg, Täby, Väsby, Waxholm, Österåker*

Viktigt att tänka på:

- **OBSERVERA** att sedan den 24/11 gäller extra stränga förhållningsregler för de över 15 år!
- Varje klubb har en egen slottid vid starten. Varje klubb ansvarar för att sina löpare inte är vid starten under en annan klubs slott.
- Utbrutet mål. Sedan 100 m till utstämpling. Därefter cirka 200m till parkeringen.
- Lämna arenan så fort du har stämplat ut och vänta på dina kompisar/syskon/ledare vid bilen.

Samling

Ängsjö Friluftsgård

Parkering

De vanliga parkeringarna vid Ängsjö, se arenakarta nedan.

Klassindelning och tävlingsform

Tävlingen kommer att avgöras som en skogs/park-sprint. Klasser HD10-16 samt U1-U4. I U-klasserna är skuggning tillåten.

OBS! På grund av Folkhälsomyndighetens rekommendationer får tyvärr inte ungdomar födda 2004 delta.

Karta

Ängsjö, skala 1:4 000 och ekvidistans 4m.

Terrängbeskrivning

Friluftsområde med blandat ängsmarker och skogsområden. De längsta banorna går en bit upp på ett mer svårorienterat berg. Normal framkomlighet i skogsområdena. Svag till måttlig kupering.

Start

Observera att två starter kommer att finnas. Till start är det 50-300m beroende på var man parkerar. Orange-vit snitsel till båda starterna. **Startstämpling gäller!**

Startslottar (alla klasser har fri starttid inom respektive klubbs intervall):

10:00-10:30 Järfälla OK
10:30-10:40 OK Österåker
10:40-11:10 Väsby OK
11:10-11:20 Solna OK
11:20-11:40 IFK Lidingö
11:40-12:10 Attunda OK
12:10-12:20 Bromma-Vällingby SOK
12:20-12:50 Täby OK
12:50-13:00 Mälarö SOK
13:00-13:20 Waxholm OK
13:20-13:50 Sundbyberg IK

Banlängder och start

Klass	Banlängd(m)	Start
H16	2 370	1
D16	2 270	1
H14	1 810	1
D14	1 810	1
H12	1 410	2
D12	1 410	2
H10	1 320	2
D10	1 320	2
U1	1 280	2
U2	1 330	2
U3	1 480	1
U4	1 730	1

Kontrolldefinitioner

Endast tryckt på kartan. **Observera att kodsiffror är tryckta vid kontrollen på kartan!**

Stämplingssystem

Sportident används, varje klubb står för SI-pinnar till sina respektive löpare.

Resultat

Endast online-resultat under tävlingen (liveresultat.orientering.se). Efter tävlingen publiceras resultatlista på Eventor.

Service

På grund av Corona-situationen kommer ingen dusch eller cafeteria att erbjudas. Enstaka toalett finns på området, men försök i möjligaste mån använda hemmets WC.

Tävlingsledare

Andreas Grunder, grunder.andreas@gmail.com, 070-756 28 08

Banläggare

Robert Pedersen

Arenakarta

Välkomna önskar Järfälla OK!

