



Tumba-Mälarhöjden OK

Välkomna till Ungdomsseriens kretsträning 9/5

Klubbträning för Tullinge SK, OK Älvsjö Örby och Tumba Mälarhöjden OK under separerade tidsslotter

Träningen genomförs med särskilda anpassningar utifrån coronavirusets spridning, enligt anvisning från Stockholms Orienteringsförbund. Varje klubb har ett eget startintervall och ett eget avgränsat område på träningens arena. Vi uppmanar alla att spendera så lite tid som möjligt på arenan och vid starten. Vuxna som inte har en funktion (ledare, skugga eller funktionär) ska inte närvara. Alla har eget ansvar att inte närvara vid sjukdomssymtom.

Datum: Söndag 9/5 2021

Plats: Flottsbro Friluftsområde

Parkering: På Friluftsområdets parkering. OBS! P-avgift, automat eller app, se skyltar vid parkeringen.

Start: Startstämpling. Varje klubb tilldelas en tidsperiod för start och respektive klubb ansvarar sedan för att sprida ut sina ungdomar inom den tidsperioden, förslagsvis genom att göra en egen startlista. Det finns två startplatser, en för gröna och vita banor och en för gul, orange och violett. Startplatserna ligger åt olika håll från arenan sett.

Tullinge SK	10.00-11.30
OK Älvsjö Örby	11.40-12.40
Tumba Mälarhöjden OK	12.50-14.20

Mål: Avläsning i anslutning till målet, gå sedan direkt till klubbens hemvist, undvik att stanna kvar vid målet.

Ansvar: Alla har eget ansvar för att inte närvara vid eventuella symtom, att hålla avstånd från varandra samt att i övrigt lyda Folkhälsomyndighetens rekommendationer. Respektive klubb ansvarar för att följa Svenska Orienteringsförbundets riktlinjer för träning.

Klasser: Inskolning, U1, U2, U3, U4, D10, H10, D12, H12, D14, H14, D16, H16. Banlängder och svårighetsgrad enligt StOfs anvisningar för ungdomsserien.

Banläggare: Elsa Törnros och Joakim Törnros, Tumba-Mälarhöjden OK

Kontroller: OL-skärm med hängande SI-enhet.

Dusch: Finns ej.

Toalett: Finns ej.

Anmälan: Via Eventor senast onsdag 5/5 kl 23:59:00. Avgift 65kr, faktureras klubbarna i efterhand.

Kontakt: Åsa Mårzell, asa.marsell@gmail.com, 070-560 12 22

Välkomna!