



INBJUDAN



SKÄRGÅRSDUBBELN 2012

Långdistans lördagen den 14 april (ingår i StOF:s Ungdomspriser)
Medeldistans söndagen den 15 april



OK Ravinen – Nacka och Skogsluffarnas OK har nöjet att hälsa dig varmt välkommen till
SKÄRGÅRSDUBBELN 2012

Samling	Frönäs Gård, Gålö. Vägvisning från riksväg 227, avfarten mot Gålö.																																																																																																																																																																													
Parkering	Avstånd P-TC max 300 m. Avgift 20:-/bil.																																																																																																																																																																													
Allmänna färdmedel	SL-buss nr 845 från Västerhaninge till Frönäsvägen. Därifrån 1 km promenad. Planera din resa med hjälp av http://www.sl.se																																																																																																																																																																													
Klasser/Banlängder	Inskolnings- och utvecklingsklasser <table><thead><tr><th>Klass</th><th>Längd medel/lång</th><th>Nivå</th></tr></thead><tbody><tr><td>Inskolning</td><td>1,5/1,5</td><td></td></tr><tr><td>U1</td><td>2,0/2,0</td><td></td></tr><tr><td>U2</td><td>2,5/2,5</td><td></td></tr><tr><td>U3</td><td>.../3,0</td><td></td></tr><tr><td>U4</td><td>.../3,5</td><td></td></tr></tbody></table> Vuxenklasser <table><thead><tr><th>Klass</th><th>Längd medel/lång</th><th>Nivå</th><th>Klass</th><th>Längd medel/lång</th></tr></thead><tbody><tr><td>D17-20 Kort</td><td>... /4,5</td><td></td><td>H17-20 Kort</td><td>... /5,5</td></tr><tr><td>D18</td><td>3,5/5,0</td><td></td><td>H18</td><td>3,5/6,5</td></tr><tr><td>D20</td><td>3,5/5,5</td><td></td><td>H20</td><td>3,5/7,5</td></tr><tr><td>D21 Kort</td><td>... /5,0</td><td></td><td>H21 Kort</td><td>... /8,0</td></tr><tr><td>D21</td><td>3,5/7,0</td><td></td><td>H21</td><td>4,5/10,0</td></tr><tr><td>D35</td><td>3,5/6,0</td><td></td><td>H35</td><td>4,5/8,0</td></tr><tr><td>D40</td><td>3,5/5,0</td><td></td><td>H40</td><td>4,0/7,5</td></tr><tr><td>D45</td><td>3,0/4,5</td><td></td><td>H45</td><td>4,0/6,5</td></tr><tr><td>D50</td><td>3,0/4,0</td><td></td><td>H50</td><td>3,5/6,0</td></tr><tr><td>D55</td><td>3,0/4,0</td><td></td><td>H55</td><td>3,5/5,5</td></tr><tr><td>D60</td><td>2,5/3,5</td><td></td><td>H60</td><td>3,5/5,0</td></tr><tr><td>D65</td><td>2,5/3,5</td><td></td><td>H65</td><td>3,0/4,5</td></tr><tr><td>D70</td><td>2,5/3,0</td><td></td><td>H70</td><td>3,0/4,0</td></tr><tr><td>D75</td><td>2,0/3,0</td><td></td><td>H75</td><td>3,0/3,5</td></tr><tr><td>D80</td><td>2,0/2,5</td><td></td><td>H80</td><td>2,5/3,0</td></tr><tr><td>D85</td><td>2,0/2,5</td><td></td><td>H85</td><td>2,5/3,0</td></tr></tbody></table> Öppna motionsklasser <table><thead><tr><th>Klass</th><th>Längd medel/lång</th><th>Nivå</th></tr></thead><tbody><tr><td>Öppen motion 1</td><td>2,5/2,5</td><td></td></tr><tr><td>Öppen motion 2</td><td>... /4,0</td><td></td></tr><tr><td>Öppen motion 3</td><td>3,0/3,0</td><td></td></tr><tr><td>Öppen motion 4</td><td>.../5,0</td><td></td></tr><tr><td>Öppen motion 5</td><td>3,5/3,5</td><td></td></tr><tr><td>Öppen motion 6</td><td>.../6,0</td><td></td></tr><tr><td>Öppen motion 7</td><td>3,0/3,0</td><td></td></tr><tr><td>Öppen motion 8</td><td>4,5/4,5</td><td></td></tr><tr><td>Öppen motion 9</td><td>.../7,5</td><td></td></tr></tbody></table> Ungdomsklasser <table><thead><tr><th>Klass</th><th>Längd medel/lång</th><th>Nivå</th><th>Klass</th><th>Längd medel/lång</th></tr></thead><tbody><tr><td>D10</td><td>2,0/2,5</td><td></td><td>H10</td><td>2,0/2,5</td></tr><tr><td>D12 Kort</td><td>.../2,5</td><td></td><td>H12 Kort</td><td>.../2,5</td></tr><tr><td>D12</td><td>2,5/3,0</td><td></td><td>H12</td><td>2,5/3,0</td></tr><tr><td>D14 Kort</td><td>.../3,0</td><td></td><td>H14 Kort</td><td>.../3,0</td></tr><tr><td>D14</td><td>3,0/4,0</td><td></td><td>H14</td><td>3,0/4,0</td></tr><tr><td>D16 Kort</td><td>.../3,5</td><td></td><td>H16 Kort</td><td>.../4,0</td></tr><tr><td>D16</td><td>3,5/4,5</td><td></td><td>H16</td><td>3,5/5,5</td></tr></tbody></table>	Klass	Längd medel/lång	Nivå	Inskolning	1,5/1,5		U1	2,0/2,0		U2	2,5/2,5		U3	.../3,0		U4	.../3,5		Klass	Längd medel/lång	Nivå	Klass	Längd medel/lång	D17-20 Kort	... /4,5		H17-20 Kort	... /5,5	D18	3,5/5,0		H18	3,5/6,5	D20	3,5/5,5		H20	3,5/7,5	D21 Kort	... /5,0		H21 Kort	... /8,0	D21	3,5/7,0		H21	4,5/10,0	D35	3,5/6,0		H35	4,5/8,0	D40	3,5/5,0		H40	4,0/7,5	D45	3,0/4,5		H45	4,0/6,5	D50	3,0/4,0		H50	3,5/6,0	D55	3,0/4,0		H55	3,5/5,5	D60	2,5/3,5		H60	3,5/5,0	D65	2,5/3,5		H65	3,0/4,5	D70	2,5/3,0		H70	3,0/4,0	D75	2,0/3,0		H75	3,0/3,5	D80	2,0/2,5		H80	2,5/3,0	D85	2,0/2,5		H85	2,5/3,0	Klass	Längd medel/lång	Nivå	Öppen motion 1	2,5/2,5		Öppen motion 2	... /4,0		Öppen motion 3	3,0/3,0		Öppen motion 4	.../5,0		Öppen motion 5	3,5/3,5		Öppen motion 6	.../6,0		Öppen motion 7	3,0/3,0		Öppen motion 8	4,5/4,5		Öppen motion 9	.../7,5		Klass	Längd medel/lång	Nivå	Klass	Längd medel/lång	D10	2,0/2,5		H10	2,0/2,5	D12 Kort	.../2,5		H12 Kort	.../2,5	D12	2,5/3,0		H12	2,5/3,0	D14 Kort	.../3,0		H14 Kort	.../3,0	D14	3,0/4,0		H14	3,0/4,0	D16 Kort	.../3,5		H16 Kort	.../4,0	D16	3,5/4,5		H16	3,5/5,5
Klass	Längd medel/lång	Nivå																																																																																																																																																																												
Inskolning	1,5/1,5																																																																																																																																																																													
U1	2,0/2,0																																																																																																																																																																													
U2	2,5/2,5																																																																																																																																																																													
U3	.../3,0																																																																																																																																																																													
U4	.../3,5																																																																																																																																																																													
Klass	Längd medel/lång	Nivå	Klass	Längd medel/lång																																																																																																																																																																										
D17-20 Kort	... /4,5		H17-20 Kort	... /5,5																																																																																																																																																																										
D18	3,5/5,0		H18	3,5/6,5																																																																																																																																																																										
D20	3,5/5,5		H20	3,5/7,5																																																																																																																																																																										
D21 Kort	... /5,0		H21 Kort	... /8,0																																																																																																																																																																										
D21	3,5/7,0		H21	4,5/10,0																																																																																																																																																																										
D35	3,5/6,0		H35	4,5/8,0																																																																																																																																																																										
D40	3,5/5,0		H40	4,0/7,5																																																																																																																																																																										
D45	3,0/4,5		H45	4,0/6,5																																																																																																																																																																										
D50	3,0/4,0		H50	3,5/6,0																																																																																																																																																																										
D55	3,0/4,0		H55	3,5/5,5																																																																																																																																																																										
D60	2,5/3,5		H60	3,5/5,0																																																																																																																																																																										
D65	2,5/3,5		H65	3,0/4,5																																																																																																																																																																										
D70	2,5/3,0		H70	3,0/4,0																																																																																																																																																																										
D75	2,0/3,0		H75	3,0/3,5																																																																																																																																																																										
D80	2,0/2,5		H80	2,5/3,0																																																																																																																																																																										
D85	2,0/2,5		H85	2,5/3,0																																																																																																																																																																										
Klass	Längd medel/lång	Nivå																																																																																																																																																																												
Öppen motion 1	2,5/2,5																																																																																																																																																																													
Öppen motion 2	... /4,0																																																																																																																																																																													
Öppen motion 3	3,0/3,0																																																																																																																																																																													
Öppen motion 4	.../5,0																																																																																																																																																																													
Öppen motion 5	3,5/3,5																																																																																																																																																																													
Öppen motion 6	.../6,0																																																																																																																																																																													
Öppen motion 7	3,0/3,0																																																																																																																																																																													
Öppen motion 8	4,5/4,5																																																																																																																																																																													
Öppen motion 9	.../7,5																																																																																																																																																																													
Klass	Längd medel/lång	Nivå	Klass	Längd medel/lång																																																																																																																																																																										
D10	2,0/2,5		H10	2,0/2,5																																																																																																																																																																										
D12 Kort	.../2,5		H12 Kort	.../2,5																																																																																																																																																																										
D12	2,5/3,0		H12	2,5/3,0																																																																																																																																																																										
D14 Kort	.../3,0		H14 Kort	.../3,0																																																																																																																																																																										
D14	3,0/4,0		H14	3,0/4,0																																																																																																																																																																										
D16 Kort	.../3,5		H16 Kort	.../4,0																																																																																																																																																																										
D16	3,5/4,5		H16	3,5/5,5																																																																																																																																																																										
Anmälan	Via Eventor (http://eventor.orientering.se). Anmälan skall vara oss tillhanda senast måndagen 9 april, kl 24.00.																																																																																																																																																																													
Efteranmälan	Mot 50% högre avgift t.o.m. onsdag 11 april kl 24.00 via Eventor.																																																																																																																																																																													
Starttider	Båda dagarna: Lottad start i klasserna DH10-DH85. Fri start i klasserna U1-U4, samt Öppna Motionsklasser. Första ordinarie start från kl 10.00. Efteranmälda lottas in i startlistan.																																																																																																																																																																													
Stämplingssystem	SportIdent används i samtliga klasser. Ange bricknummer vid anmälan.																																																																																																																																																																													
Karta	Digitalt färgutskrivna karta från BL-Idrottsservice.																																																																																																																																																																													

	Långdistans: Skala 1:15 000 för klasserna DH16-DH21, skala 1:10 000 i övriga klasser. Medeldistans: Skala 1:10 000 för samtliga. Kartan framställd av SÖKA 2007-2008, reviderad 2011. Ekvidistans 4 m.
Terräng	Kupering: Måttligt till starkt kuperad terräng. Framkomlighet/vegetation: Mestadels lättframkomlig öppen tall- och granskog. Lättframkomliga höjdparter med många små mossar och hållmarker. Ibland detaljrika.
Service	Sjukvård, välsorterad mark med grill, sportförsäljning av OL-specialisten.
Direktanmälan ÖppnaMotionsklasser	Anmälan vid Tävlings Centrum mellan 09.30-12.00. Fri start mellan kl 10.00-12.00. Sportident löparbrickor finns att hyra på plats. 25 kr/st.
Barnpassning och Miniknat	Barnpassning öppet kl 9.30-14.30, Miniknat start 10.00-14.00. Avgift för barnpassning 20:-, för miniknat 20:-. Betalas kontant på plats. Barnet ska vara friskt och minst 2 år gammalt.
Priser	Enligt StOF rekommendationer i ungdomsklasserna och dom bästa i DH 18-21.
Tävlingsregler	SOFT:s, vilket bl.a. innebär heltäckande klädsel under hela loppet. Kontroll av klädsel kan förekomma och tävlande uppmanas att se över sin klädsel för att få starta.
Avgifter	Ungdom t.o.m.16 år 55 kr, och övriga 90 kr. Deltagaren debiteras avgift på 25 kr om bricknummer inte angivits, bricknummer ändras eller om deltagaren hyr löparbricka. Ej återlämnad hyrd löparbricka debiteras med 350 kr. Samtliga avgifter faktureras klubbvis i efterhand för klubbanslutna. Icke klubbanslutna får endast starta i Öppen klass och betalar deltagaravgift kontant vid anmälan.
Internet	Aktuell information; inbjudan inkl banlängder, PM, startlistor, resultatlistor etc hittas på Eventor och Ravinens och Skogsluffarnas hemsidor.
Tävlingsledning	Gunnar Johansson-Falk, OK Ravinen. Bitr TL: Björn Ljusenius, Skogsluffarnas OK
Banläggare	Lars Forsberg, OK Ravinen. Tommy Ljusenius, Skogsluffarnas OK
Kontrollanter	Tävling: Ola Kåberg Banläggning: Per Mårtensson, Magnus Falkenström

Välkomna till Skärgårdsdubbeln
i härlig skärgårdsterräng
önskar
OK Ravinen och Skogsluffarnas OK

