



OK Orion

PM

Nationell Långdistans

”Vårracet”

Söndagen 25 mars 2012

**TC: Arena 10km syd Jämsjö, Torhamns IP
i orienteringsparadiset Torhamnslandet**



Samling & TC	Arena, Torhamns IP 10 km syd Jämsjö, vägen mellan Jämsjö och Torhamn. Vägvisning från E22:an genom Jämsjö och vägen Jämsjö - Torhamn.
Parkering	Avstånd till TC 0-500 m. Bussar parkerar på speciellt angivna platser.
Startlistor	Se Eventor, resultattavla och vid starten
Strukna klasser	H21 Kort, D21 Kort, D80, D70
Karta	Torhamn: Nyritad/Reviderad av Kenneth Kaisajuntti, 2012. Ekvidistans 2.5 m. Kartan är digitaltryck av OK Orion. HD16- HD21 1:15 000, Digitaltryck av Pernillas tryckeri Övriga 1:10 000, Digitaltryck av OK Orion
Terrängbeskrivning	Mycket varierande terräng, från vildmarksbetonat område med många små berghällar till stig och detaljrikt terräng med svag kupering. God framkomlighet och sikt uppe på höjderna och med lite tätare terräng i sänkorna. Det är blött i markerna och många sankmarker är större i verkligheten än på kartan, i vissa flacka områden är det vatten kvar som om det vore sankmark.
Banläggarens ord	På dagens långdistans gäller det att välja när man skall springa fort. Terrängen och banorna varierar från lättlöpta partier till att snabbt växla till lite mer småskuret och svårare partier.
Arenan	Studera gärna Arenakartan på TC.
Förbjudna områden	Det finns många små tomtområden, dessa är naturligtvis förbjudna att beträda.
Passage allmän väg OBS!!	Samtliga klasser passerar allmän väg, iaktta stor försiktighet när ni passerar. Det kommer att finnas vägvakter längs sträckan, löpare måste följa vägvakternas uppmaningar vid passage av vägen. Löpning längs vägen sker alltid mot trafiken, på vägens vänstra sida i löpriktningen. Skulle löpare inte följa dessa anvisningar kommer löparen att diskvalificeras.
Ändring klassindelning söndag	HD21L är ändrad till HD21, HD21 är ändrad till HD21K
Öppna klasser Inskolning	Öppna klasser samt Inskolning går det att anmäla sig till direkt på TC under tävlingsdagen mellan 09.00 och 10.30. Start mellan 09:30 och 11:00. Köp Öppna banor i god tid före er önskade start, vi hoppas på overseende med att det kan bli lite köbildning vid försäljningen.



Skuggning	Löpare i tävlingsklass får före eget lopp utföra skuggning i Inskolningsklass, U1, U2, ÖM1. I övriga Öppna motionsklasser får skuggning ske efter eget lopp. Skuggning före eget lopp får ej utföras av löpare i rankingmeriterande klasser dvs. DH18, DH20 och DH21.
Klädsel	Heltäckande klädsel krävs.
Start	Start 1, 1300 m, orangevit snitsel- OBS! Toaletter vid start. Start samtliga klasser. Första start kl. 10.00. Vissa efteranmälda kan dock starta före denna tid. U-klasser, Inskolning och Öppna klasser tillämpar startstämpling och kan starta mellan 09:30 och 11:00.
Maxtid	3 timmar
Nummerlappar	Bärs av H21 och D21. Nummerlapparna finns vid starten, se även startlistan.
SportIdent	SportIdent. SI-Card 9 kan användas.
Hyrbrickor	De personer som inte anmält ett bricknummer ska gå till sekretariatet på tävlingsdagen och få en hyrbricka tilldelad, alt anmäla eget bricknummer.
Töm & Check av SI-enhet	Görs på väg till start.
Kontroller	Kontrollerna är märkta med skärm, elektronisk enhet samt reservstämpel, placerade på stativ eller träbock. I vissa partier sitter kontrollerna tätt. Kontrollera kodsiffrorna noga!
Vätskekontroller	Endast H21
Stämpelsystem / Sportident	Ljud- och ljussignal skall registreras. Stiftklämma skall användas som reservstämpel om den elektroniska enheten inte fungerar. Stämpeln skall placeras i reservruta tryckt på kartan. Deltagaren uppmanas att kontrollera angivet SI- nummer enligt startlista stämmer.
Målgång / Tidtagning	Tidtagning genom sedvanlig målstämpling.
Prisutdelning	Priser i samtliga klasser förutom öppna banor. Inskolningslöpare och yngre löpare i öppna klasser får medalj direkt vid målgång.
Toaletter	Toaletter finns vid TC samt vid start.
Omklädning och dusch	Omklädning och varm dusch utomhus vid TC.



Service	Marka, Sjukvård, Barnpassning, Knatteknat på TC vid barnpassningen från kl. 09:30 till 10:30.
Klagomur / Tävlingsjury	Eventuella protester mot tävlingsledningens beslut lämnas skriftligt och undertecknat med namn till tävlingsledningen vid sekretariatsvagnen. Tävlingsledningen överlämnar sedan protesten till tävlingsjuryn för behandling. Tävlingsjuryn är Lennart Smedenmark, BLOF (sammankallande) Jurymedlem 1 Jurymedlem 2
Tävlingsledare / Info	
Banläggare	Clas Lindell mobil 0703608203
Sekretariat	Patrik Sjökvist, OK Orion
Försäljning	Johan Jacobsson, johan.jacobsson@telia.com RA Sport, Hyltebruk, 0345-10028

VÄLKOMNA OCH LYCKA TILL!

ÖNSKAR OK ORION