



IFK LIDINGÖ SOK



PM för nationell långdistansorientering på Lidingö Annandag Påsk måndagen den 9 april 2012

UP: Ingår i Stockholms orienteringsförbunds UP-serie.

Tävlingscentrum: Fågelöudde, Lidingö, 7 km från Ropsten. Följ skyltning mot Elfvik.

Kollektivtrafik: Buss 204 från Ropsten till Fågelöuddevägen. Därifrån 700 m promenad.

Parkering: Upp till 500 m från TC. Avgift 20:-/bil. Värna om miljön, åk kollektivt eller samåk.

Direktanmälan: I Öppna -, Utvecklings- och Inskolningsklasser till ordinarie avgifter. Hittaut-klass ca 2.5 km promenadvänligt utan tidtagning, avgift 50:-. Fri starttid 10.00-12.00.

Avgifter: Ungdom t o m 16 år 55:-. Övriga 100:-. Avgift för sportidentbricka 25:- för de som hyr bricka. Borttappad SI-bricka debiteras med 350:-. Avgifter för klubbanslutna faktureras i efterhand.

Klasser och banlängder: Se startlista.

Startlista: Finns i Eventor och på informationstavla på TC.

Start: Första ordinarie start kl 10.00. Efteranmälda startar före första ordinarie starttid i varje klass. Avstånd till start 300 m. Följ orange/vit snitsel. Följ anvisningar till rätt startpunkt efter startlinjen. Gå-fram-tid 3 min före start. Direktanmälan-kartor erhålles vid starten. Hittautkartor/-start vid tävlingscentrum.

Nummerlappar: För H/D12, H/D14 och H/D16. Självservering vid start.

Förvarning: H/D14 och H/D16 har förvarning.

Stämplingssystem: Sportident i samtliga klasser. Ej SI-bricka nr 9. Hyrbrickor hämtas vid direktanmälan. Tömning och check av bricka sker strax före startplatsen. Löparen ansvarar själv för att enheten indikerar ljud- och/eller ljussignal vid stämpling. Löpare som bryter måste stämpla ut vid målet.

Kontrollbeskrivningar: Ej tryckta på kartan, endast lösa kontrollbeskrivningar vid starten.

Karta: Nyritad av Kenneth Kaisajuntti 2011/12. Skala 1:15.000 för klasserna H/D16-35 och ÖM9. 1:7.500 för H/D70 och äldre. 1:10.000 för övriga. 4 m ekvidistans. Digitaltryck BL-Idrottsservice.

Terräng: Detaljrik skogsmark blandad med öppen kulturmark. Svag till måttlig kupering. Mestadels god framkomlighet. Stigrik terräng. Det förekommer en del nya släpstigar efter röjningsarbete. Dessa finns inte inritade på tävlingskartan.



IFK LIDINGÖ SOK



Inskolning: Glada och ledsna ansikten finns uppsatta längs banan. Svartvit karta vid starten för uppföljare.

Maxtid: 3 timmar.

Förbjudna områden: All tomtmark, samt markeringar med påtryck på kartan. Skjutbanan i tävlingsområdet är markerad som tomtmark.

Fordonstrafik: Alla klasser passerar en väg där det förekommer fordonstrafik. Rekommenderad passage över vägen finns tryckt på tävlingskartan. Se upp vid passering eller löpning längs denna väg!

Ungdomsaktivitet: Två extra aktiviteter för yngre ungdomar. Ingen föranmälan eller kostnad. Fri start 9.30-13.00. Kom ensam eller tillsammans med kompisar. Ta med SI-pinne. Finns också att låna för de som inte har. Samling i skogen ovanför serveringen.

Service: Barnpassning kl 9.30-13.00. Miniknat kl 9.30-13.00. Varm dusch. Sjukvård. Sportförsäljning av Orienteringsspecialisten. Valförsedd kioskservering inkl grill.

Toaletter: Finns vid TC, samt vid start.

Priser: Segrarna i klasserna H/D10-21 erhåller en start i Lidingöloppet 2012. Ytterligare priser i ungdomsklasserna. Prisutdelning för UP-klasserna. Övriga priser hämtas ut successivt när prislistan är klar. Utlottningspriser.

Tävlingsregler: SOFTs. Tävlande deltar på egen risk.

Huvudfunktionärer:

Tävlingsledare: Tapani Mattus, tel 0704-830937, info@ifklidingo.se

Bitr tävlingsledare: Thomas Furuheim, tel 0727-259651

Banchef: Martin Larbo

Tävlingskontrollant: Mikael Tarandi.

Bankontrollant: Öystein Kvaal Österbö.

Jury: Mikael Tarandi, Lars Gerhardsson och Kerstin Imark.

Varmt Välkomna!

IFK Lidingö SOK

