

PM medeldistans 3 oktober

Järfälla orienteringsklubb hälsar er välkomna till en medeldistans på en helt nyritad karta i ett oanvänt skogsområde väster om Bro centrum.

De flesta Covidrestriktioner är nu borttagna, men pandemin är ännu inte över. Vi bör fortfarande tänka på god handhygien, att hålla avstånd och självklart inte delta vid ev. sjukdomssymptom. Det finns gott om plats på arenan så håll fysisk distans men social gemenskap! Vid eventuell köbildning, se till att hålla gott avstånd till nästa person. Det finns handsprit på arenan men ingen duschmöjlighet.



Arena

Vid Jursta i Bro.

Koordinater RT90 6601488, 1601326

Vägvisning från avfart 148 E18 / Håtunavägen.

Följ Håtunavägen som övergår till

Enköpingsvägen. Sväng väster till

Jurstagårdsvägen vid Bro Bålsta GK.

Jurstagårdsvägen kommer vara enkelriktad.

Parkering

Följ funktionärens anvisning. 0-1000 m till

Arenan. Det finns begränsat med P-platser,

försök samåka. Reservparkering finns vid

pendeltågsstationen 2 km bort.

Avgift 30kr betalas med swish **123 228 80 82**

Järfälla OK

Kollektivtrafik

Pendeltåg till Bro, därefter buss 555 till Kvista.

Det är 600m promenad från bussen till arenan eller 2km promenad direkt från pendeltåget.

Det går utmärkt att cykla.

Start

Avstånd till start är:

Start 1 - 300m – Orange/vit snitsel

D/H18-D/H85

Start 2 – 500m – Orange/blå snitsel

D/H10-D/H16, U1-U4, Inskolning, Svår 5km,

Svår 3km, Medelsvår 5km, Medelsvår 3km,

Lätt 2,5km samt Mycket lätt 3km.

Lottad starttid för D/H 18-21

utan startstämpling.

Övriga klasser har fri minutstart

med startstämpling inom valt tidsintervall.

Klasser och banlängder

D10	2,1km	H10	2,1km
D12	2,5km	H12	2,5km
D14	3,2km	H14	3,2km
D16	3,7km	H16	3,7km
D18	3,8km	H18	4,0km
D20	4,0km	H20	4,1km
D21	4,1km	H21	5,1km
D35	4,0km	H35	5,1km
D40	3,8km	H40	4,5km
D45	3,2km	H45	4,5km
D50	3,2km	H50	4,1km
D55	3,2km	H55	4,0km
D60	2,6km	H60	3,8km
D65	2,6km	H65	3,2km
D70	2,4km	H70	3,1km
D75	2,1km	H75	3,1km
D80	2,1km	H80	2,4 km
D85	2,1km	H85	2,1km
U1	2,1km	U2	2,7km
U3	2,6km	U4	3,2km

Öppna klasser

Inskolning	1,6km
Mycket lätt 3km	3,0km
Lätt 2,5km	2,7km
Medelsvår 3km	3,2km
Medelsvår 5km	4,8km
Svår 3km	3,1km
Svår 5km	4,8km

Överdragskläder

Ingen återtransport av överdrag från start till arenan.

Karta

Nyritad karta 2021 av Ulf Radler och Carl Bachman. Ekvidistans 2,5m.
1:10 000 i klasserna D/H10-40, inskolning och utvecklingsklasser.
1:7 500 i D/H45 och äldre, samt i öppna klasser.
Skuggningskartor finns i U1 och U2.

Terrängbeskrivning

I huvudsak svagt kuperad blandskog med många öppna tallskogspartier.
Inga hyggen finns i området och det är övervägande mycket snabblopt.
Djurstigar, ommarkerade på kartan, förekommer.
Se till att kontrollera kodsifforna, kontrollerna sitter tät i skogen.

Stigar

Otydliga stigar som berörs av ungdomsklasserna är markerade med vit snitsel i terrängen. Några av dem är tillverkade stigar och de är också markerade med vit snitsel i terrängen samt med violett banpåtryck på kartan.

Direktanmälan

Anmälan till öppna klasser vid arenan kl 9-12.
Starten är öppen mellan kl 10-13.
Avgift 120kr för vuxna och 70kr för ungdomar.
Betala med Swish **123 228 80 82** Järfälla OK.

Stämplingssystem

Sportident
Alla versioner av SI-brickor fungerar. Anges inget SI nummer vid anmälan så tilldelas löparen en hyrbricka till en kostnad av 30 kr.
Förlorad hyrbricka debiteras med 400 kr.

Toaletter

Kommer att finnas på bortre delen av arenagärdet på parkeringen.
Inga toaletter vid start.

Startlista och Resultat

Kommer endast redovisas via <https://liveresultat.orientering.se/> och på Eventor efter tävlingen.

Livelox

Banor och karta kommer att återfinnas på livelox efter genomförd tävling.

Maxtid

90min.

Första hjälpen & hjärtstartare

Förbandsmaterial för självservering och hjärtstartare finns i anslutning till målet. Vid akuta sjukdomstillstånd kontakta 112.

Servering

En något enklare servering med ett utbud av smörgåsar, kaffe, te, fikabröd, godis och dryck. Coronaanpassning görs såtillvida att ingen egentligen ska behöva ta i något föremål som någon fingrat på utan handskar.
Handsprit finns vid sidan av.
Betala med Swish **123 228 80 82** Järfälla OK.
Det finns QR-koder utplacerade kring serveringen så läs in koden redan från början, då går det smidigare.

Övrig service

Sportförsäljning - **Orienteringsspecialisten** kommer att finnas på Arenan.
Tyvärr ingen duschmöjlighet, barnpassning eller miniknat.

Tävlingsorganisation

Tävlingsledare:
Jonathan Alm och Frank Steiner
Banläggare: Ulf Radler och Göran Reinholdson
Tävlingskontrollant: Henrik Wiklund, BVSK
Bankkontrollant: Lars Palmqvist

Kontakt

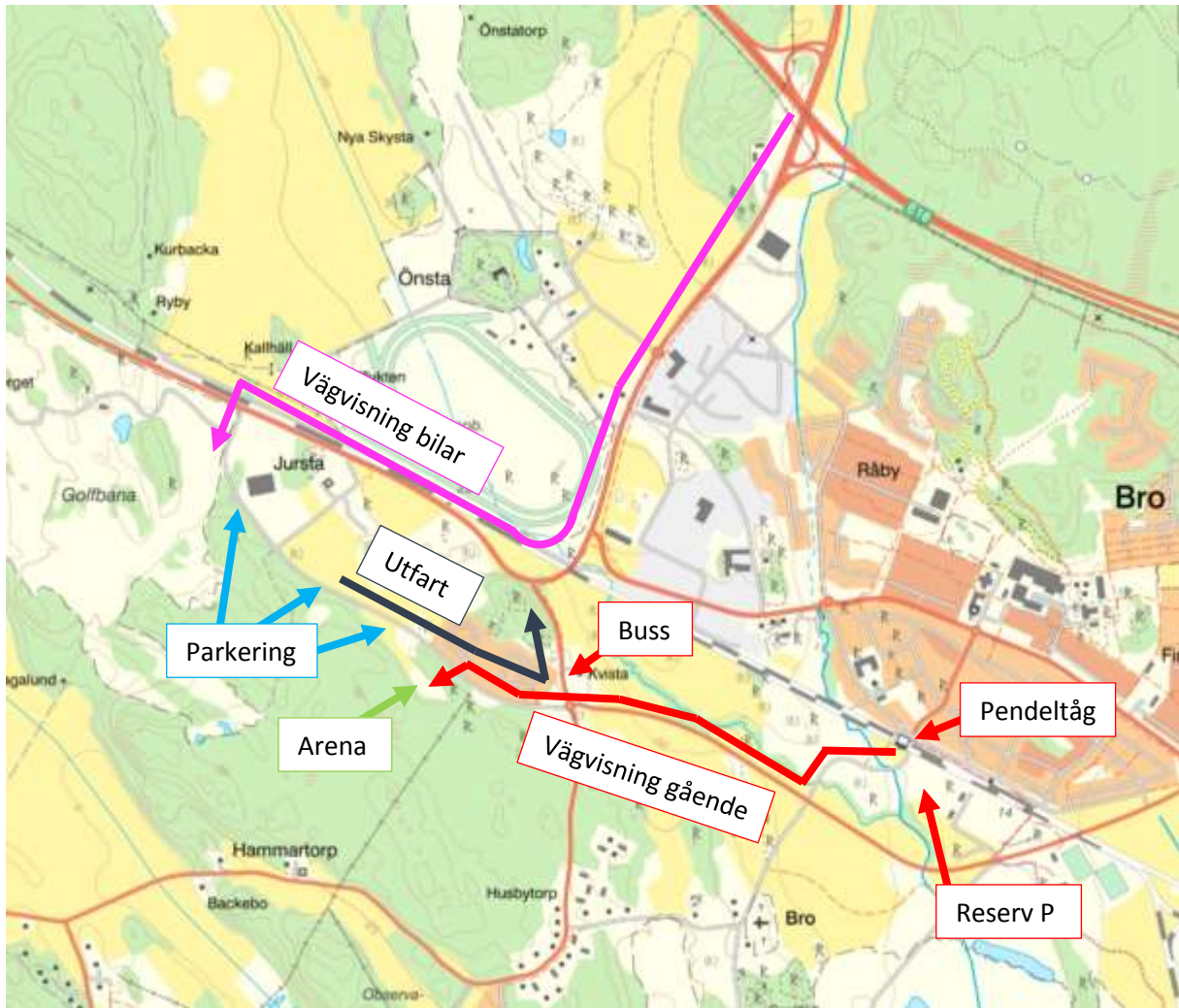
Ring eller maila Jonathan på 0739-862527 eller jonte@jarfallaok.se

Välkomna till Bro den 3 oktober!



123 228 80 82 Järfälla OK

Trafik-PM



555 Lördag, söndag och helgdag

					Samma minuttal		Samma minuttal	
Kungsängens station	04.48	05.48	06.46	46	10.45	45		
Ekhammarskolan	—	—	06.48	48	10.47	47		
Finnsta	04.59	05.29	05.59	06.29	06.59	29	59	
Bro station ank	05.08	05.38	06.08	06.38	07.08	38	08	
Bro station avg	05.21	05.51	06.21	06.51	07.21	51	21	
Kvista	05.32	06.02	06.32	07.02	07.32	02	32	
Lässa kyrka	05.38	06.38	07.38	38	11.39	39		

