



## Inbjudan

Medel- & Långdistans

19 & 20 Mars 2022

Södertälje-Nykvarn orientering inbjuder till nationell dubbeltävling i orientering med Medeldistans Lördag 19/3 och Långdistans Söndag 20/3 2022

På Söndagens långdistans ingår tävlingen i Södermanlands OF:s Ledartröjan & Juniorligan

Klasser:	Tävlingsklasser				Öppna klasser
	D10	D35	H10	H35	Inskolning 2 km
	D12	D40	H12	H40	Mycket lätt 2 km
	D14	D45	H14	H45	Lätt 2,5 km
	D16	D50	H16	H50	Lätt 5 km
	D18	D55	H18	H55	Medelsvår 3 km
	D20	D60	H20	H60	Medelsvår 5 km – OBS endast Söndag
	D21	D65	H21	H65	Svår 3 km
		D70		H70	Svår 5 km
		D75		H75	Svår 7 km – OBS endast Söndag
		D80		H80	
		D85		H85	
		D90		H90	
Banlängder i enlighet med tävlingsreglerna.					
Tävlingskategori:	Nationell Medel- & Långdistanstävling i orienteringslöpning.				
Anmälan:	Via Eventor senast söndag <b>13 Mars kl 23.59</b> .				
Efteranmälan:	I mån av plats via Eventor senast onsdag <b>16 Mars kl 23.59</b> mot 50% förhöjd anmälningsavgift.				
Anmälningsavgift:	Vuxna 130 kr, ungdom t.o.m 16 år 65 kr. Faktureras klubbarna i efterhand; utländska klubbar ska betala till sekretariatet senast tävlingsdagen.				
Stämplingssystem:	Sportident, eget bricknummer anges vid anmälan. Hyrbricka debiteras med 30 kr. Ej återlämnad hyrbricka debiteras med 600 kr.				
Start- och resultatlista:	Publiceras i Eventor. Löpande resultat kommer att finnas på <a href="http://liveresultat.orientering.se">liveresultat.orientering.se</a>				
Direktanmälan:	Direktanmälan kommer att finnas på plats				

<b>Samling:</b>	Ljungbackens/Järna IP. Vägvisning från riksväg 57 mellan Järna samhälle och E4 trafikplats 141, därifrån ca 2 km.
<b>Parkering/Tåg:</b>	Parkering: På en anvisad plats, max 1500m asfalt-/grusväg till arenan. P-avgift:30kr. SL-tåg går till Järna med ankomst varje timme. c:a 700 m promenad till TC
<b>Start:</b>	Första start: Lördag & Söndag: klockan 10:00. Inskolning kan starta 09:30
<b>Karta:</b>	Delvis reviderad våren 2022 enligt kartnorm ISOM 2017:2 av Lars Nord. Färgutskriften av BL-Idrottsservice. Ekvidistans 5 m. <b>Lördag:</b> Skala 1:10 000 för H/D10-44 år, samt 1:7 500 för H/D 45 och äldre. Öppna klasserna 1:10 000 utom Svår 5km & Svår 3 km som har 1:7 500. <b>Söndag:</b> Skala 1:15 000 för H/D17-34 år, samt 1:7 500 för H/D 45 och äldre, övriga klasser 1:10 000. Öppna klasserna 1:10 000 utom Svår 5km & Svår 3 km som har 1:7 500.
<b>Terrängbeskrivning:</b>	<i>Terrängtyp:</i> Typisk sörmländsk skogsmark med flertalet stigar närmast arenan. <i>Kupering:</i> Måttligt kuperad terräng med många detaljrika höjdparter. <i>Framkomlighet:</i> God framkomlighet, med inslag av områden med tät skog. Vegetationen består huvudsakligen av barrskog i varierande ålder.
<b>Omklädnad / Dusch:</b>	Dusch inomhus
<b>Servering:</b>	Traditionsenlig marka kommer att finnas
<b>Sportförsäljning</b>	Letro Sport
<b>Tävlingsledning:</b>	Lars Bygdén & Tomas Gauffin
<b>Banläggare:</b>	Lördag: Lennart Borg SNO Söndag: Anders Axelsson SNO
<b>Bankontrollant:</b>	Sven Undeland SNO
<b>Tävlingskontrollant:</b>	
<b>Upplysningar:</b>	Lars Bygdén 070-7989103 <a href="mailto:lars@bygden.nu">lars@bygden.nu</a> Tomas Gauffin 070-2025258 <a href="mailto:tomasgauffin@coolbox.se">tomasgauffin@coolbox.se</a>

*Varmt välkomna*