



PM Ormingemedeln - söndagen den 3 april 2022

Välkomna till nationell tävling i medeldistansorientering i Orminge!

Samling och arena	Grusplan med omgivande fält, norr om Valövägen, Orminge i Nacka sydost om Stockholm. GPS-koordinater: 59.332604, 18.241670
Kollektivtrafik	Mycket goda förbindelser! Buss från Slussen: 471 eller 444 till hållplats Korsöstigen. Avstånd hållplats arena ca 600 meter. Följ rödvit snitsel. Det är begränsat med parkering och vi uppmanar att nyttja kollektivtrafiken!
Bil och parkering	Följ skyltning från väg 222 vid Ormingeavfarten. Parkering: 800m till 1200 meter från arenan. P-avgift 30 kr. Följ rödvit snitsel till arenan. Observera att det är förbjudet att parkera i radhusområdet intill arenan. Betala gärna med Swish och visa efter parkering. Swishnummer: 1234125522
Direktanmälan på arenan	Deltagare kan på arenan anmäla sig till Motionsklasser, Inskolning och U-klasser samt Friska Nacka som är en klass med valfri kontrolltagning utan tidtagning. Avgifter för ungdomar upp till 16 år är 70 kronor. För vuxna 180 kronor. Registrering öppen från kl 9.30. Fri start mellan kl 10.00 och 13.00.
Start	Start 1 samtliga klasser: Följ orange/vit snitsel ca 600 meter från arenan. DH16-DH21 lottad start inom startintervall, ingen startstämpling. Övriga tävlingsklasser fri startminut inom valt startintervall, samtliga ska startstämpla! Motionsklasser, U-klasser och inskolning har fri starttid, startstämpling gäller!
Startlista	Publiceras på Eventor och kommer att finnas tillgänglig på arenan samt vid starten.



Överdrag	Överdragskläder kan lämnas vid starten och kommer att transporteras till arenan.
Klasser	Tävlingsklasser: Enligt SOFTs och StOFs anvisningar. Åldersindelning DH10-DH85, kompletterat med Inskolning och U-klasserna U1, U2, U3 och U4. Öppna klasser: Mycket Lätt 2km och Mycket Lätt 4km (utgått) Lätt 2,5km och Lätt 5km Medelsvår 3km och Medelsvår 5km Svår 3km och Svår 5km Friska Nacka Orminge-special Skuggning är tillåten i Inskolning och U-klasser.
Strukna klasser	D85 (Löpare flyttad till D80) Mycket Lätt 4km (hänvisning till Mycket Lätt 2km eller Lätt 5km)
Max tid	2 timmar.
Karta	Nyritad karta 2020 enligt ISOM2017, reviderad 2022. Ekvidians 5m. Digitalt tryck. DH16-DH40 och Svår 5km skala 1:10 000, övriga 1:7 500.
Kontrollbeskrivning	Lös kontrollbeskrivning finns i startfällan. Kontrollbeskrivningen är också tryckt på kartan.
Terrängbeskrivning	Detaljrik skärgårdsterräng med mestadels måttlig kupering men partier med stark kupering förekommer. Framkomligheten är god till mycket god, särskilt uppe på höjderna. Terrängen bjuder på ett par vackra mindre sjöar och ett äldre brandområde. Det går också ett motionsspår genom området närmast arenan.
Otydliga stigar Vit snitsel	Flera banor går i mycket stigtätt område där flera stigar kan ha tillkommit utöver de som finns på kartan. Ett par stigar som utnyttjas i de yngre tävlingsklasserna har förtydligats med vit snitsel. På vissa banor nära arenan kan beröras av miniknatsnitsel.
Förbjudna områden	Det är förbjudet att beträda sjöarna på kartan. Övriga förbjudna områden är markerade på kartan berör tomtmark under uppförande. Överträdelse medför diskning.



Stämplingssystem	Sportident-pinne 5, 6, 8, 9, 10 och 11 (ej touch). Om enheten är ur funktion ska löpare stämpla i kartan med kontrollens stiftklämma.
Hyra Sportident-pinne	Sportident-pinne kan hyras för 30 kr. Återlämnas till tävlingsadministrationen efter målgång. Vid förlust av Sportident-pinne debiteras 400 kronor.
Tävlingsregler	SOFTs tävlingsregler tillämpas, kompletterat med StOFs anvisningar för arrangemang i Stockholm.
Vägoövergång	Obevakad vägoövergång gäller klasserna H18, D20, H20, D21, H21, H35, H40, Lätt 5km, Medelsvår 5km och Svår 5km. Iakttag försiktighet!
Resultat	Resultatlista publiceras på Eventor efter tävlingen. Löpande resultat kommer att finnas på Liveresultat .
Priser	Priser till främsta löparna i DH10-DH21. Tid för prisutdelning meddelas av speakern.
Service vid arenan	Servering: Vi erbjuder servering med kaffe, te, hembakat, pastasallad och hamburgare från grillen. Miniknat är en enkel skärnhittar-lek för de minsta i anslutning till arenan. Start mellan 9.30-12.00. Gratis! Ta gärna med egen Sportident-pinne – det går bra att återanvända Sportident-pinne som används under tävlingen. Sportförsäljning från OL-specialisten. Toaletter och omklädnad herrar/damer, dock ej dusch. Tips: Ta med fuktig handduk i plastpåse för personlig tvätt efter målgång. För barnen ordnar vi också ett tält som vindsydd för lek och spel. Dock ingen barnpassning.
Swish gäller!	Ormingemedlen är kontantfri. För våra utländska gäster erbjuder vi betalning via kontonummer alt kontant på plats i jämna pengar.
Tävlingsorganisation	Tävlingsledare: Per Lembre, 070-2612112 Biträdande tävlingsledare: Leif Lundin Banläggare: Per Lindman, Oscar Björck Tävlingskontrollant: Peter Sandström Bankontrollant: Henrik Hellman Jury: Carl-Johan Thorell, 070-3762642, Lotta Valentin, 0760-338361