

PM för Lidingö sprinthelg dag 1 21 maj 2022



Pandemin pågår fortfarande. Visa därför hänsyn och stanna hemma om du känner symptom.

Detta är en sprinttävling som följer normerna för sprintorientering. Studera dessa och läs här i PM vad som gäller vid denna tävling

Arena: Vid Rudboda på Lidingö. Se karta nedan

Förbjudet område: Allt område utanför anvisade färdvägar är förbjudet område. Detta gäller även efter tävling på lördagen för de som ska delta på söndagens tävling.

Kollektivtrafik: Buss 204 eller 212 till hållplats Hembyvägen. Därifrån snitsel 300 meter. Se www.sl.se för fullständig tidtabell.

Cykel: Från Lidingövallen ska cykelvägen utefter Norra Kungsvägen enligt karta nedan följas.

Bilar: Följ skyltning mot Bosön från Lidingöbron.

Parkering: 400 m från Arenan. Följ anvisningar på vägen mot Bosön. P-avgiften 30:- betalas genom Swish 123 000 47 13.

Klasser, banlängder, skalor: Se separat lista.

Anmälningsavgifter för ej klubbanslutna: Betalas vid sekretariatet (Swish 123 000 47 13).

Hyrpinnar: Hämtas vid sekretariatet. Ej återlämnad bricka faktureras med 500 kr.

Direktanmälan: Direktanmälan i öppna motionsklasser vid sekretariatet kl 9.30-11.30.

Mycket lätt 1,5 km

Medelsvår 1,5 km

Svår 3 km

Ungdom t o m 16 år 70:-. Övriga 120:-.

Avgift för Sportidentbricka 30:- tillkommer för de deltagare som hyr bricka.

Efteranmälan: I mån av tillgång på kartor går det att efteranmäla sig i tävlingsklass vid sekretariatet kl 9.30-11.30.

Terrängen: Området består huvudsakligen av småhusbebyggelse, ängsmark och smärre skogsområden. Ungefärlig fördelning: 70% asfalt, 20% gräs, 10% skog

Klädsel: Du behöver inte ha heltäckande klädsel

Start: Fri minutstart inom önskat intervall mellan 10.00 och 12.00. Följ funktionärers anvisning vid starten för tilldelning av startminut. **Glöm inte startstämpling.**

Avstånd till start 400 meter orange/vit snitsel. Uppvärmning kan ske i anslutning till arenan eller i bostadsområdet väster om arenan.

Ingen transport av överdragskläder från starten

Inskolning: Svart/vit karta vid starten för uppföljare.

Karta: Ritad 2021/22 enligt ISPrOM 2019.

Sprintregler: SOFT:s regelverk för sprintorientering gäller. Läs dokumentet "Särskilda sprintregler och kartecken" som finns i Eventor. Det är förbjudet att passera branter som är markerade som oframkomliga enligt normen. Detsamma gäller staket, plank, murar som är markerade som opasserbara (tjockt svart streck) och tomtmark. Det är alltid förbjudet att beträda planteringar även om det inte finns avgränsning med staket eller snitsel. Vegetation som är markerat med mörkgrön färg får inte heller passeras

Vi vill förtydliga hur tillåten passage under väg ser ut när vägen är markerad som förbjuden



Kontrollbeskrivningar: Lösa kontrollbeskrivningar vid starten, samt tryckta på kartan.

Stämplingssystem: Sportident (ej touch free) används i samtliga klasser. Hyrbrickor hämtas vid sekretariatet. Tömning och check av bricka sker strax före startplatsen. Löpare som bryter ska stämpla ut vid målet.

Förbjudna områden: Respektera enligt sprintnormen förbjudna områden och passager samt på kartan rasterade förbjudna områden.

På de vägar som är markerade som förbjudna är det tillåtet att springa på trottoar där det finns sådan. För att skapa mer vägvalspromblematik kommer det att finnas avspärningar på kartan. Dessa är inte markerade i verkligheten, utan kontrollvakter kommer övervaka dessa. Exempel på markering på kartan



Maxtid: 1 timme

Service:

Toaletter finns på arenan.

Servering med begränsat utbud. Vi serverar korv med bröd, smörgåsar och hembakat. Kaffe, läsk, festis och vatten. Lite godis finns också. Serveringen har också ett mindre utbud av orienteringsartiklar.

Betalning endast med Swish 123 000 47 13.

Första hjälpen finns på arenan i form av förbandslåda för självservering.

Priser: Ingen prisutdelning

Tävlingsregler: SOFT:s. Tävlände deltar på egen risk.

Huvudfunktionärer:

Tävlingsledare: Lennart Brattgård (070-543 8291)

Banläggare: Rasmus Palmqvist Aslaksen, Synnøve Bråten

Tävlingskontrollant: Tapani Mattus

Bankontrollant: Hans Tarandi

VARMT VÄLKOMNA TILL EN HÄRLIG VÅRDAG!



Arena och cykelväg:



Banlängder och kartskalor

Klass	Banlängd	Kartskala
D10	1 500	1:3 000
D12	1 900	1:3 000
D14	2 000	1:3 000
D16	2 100	1:4 000
D20	2 300	1:4 000
D21	2 400	1:4 000
D40	2 300	1:4 000
D50	2 100	1:3 000
D60	2 000	1:3 000
D70	2 000	1:3 000
D80	1 900	1:3 000
H10	1 500	1:3 000
H12	1 900	1:3 000
H14	2 000	1:3 000
H16	2 500	1:4 000
H20	2 800	1:4 000
H21	2 800	1:4 000
H40	2 300	1:4 000
H50	2 100	1:3 000
H60	2 000	1:3 000
H70	2 000	1:3 000
H80	1 900	1:3 000
Inskolning	1 500	1:3 000
Öppen mycket lätt 1,5	1 500	1:3 000
Öppen medelsvår 1,5	1 700	1:3 000
Öppen svår 3	2 800	1:4 000