

# PM

## 3+3 | SÄLEN 1-3 JULI 2022



### PROGRAM

Varmt välkomna att uppleva drömororientering i Sälenfjällen sommaren 2022. Tre dagar med utmanande tävlingar för både elit, ungdom och motionär.

#### Fredag 1 juli

Förkortad medeldistans i snabblöpta fjällsänkor.

#### Lördag 2 juli

Tuff långdistans på kalfjället.

#### Söndag 3 juli

Rafflande medeldistans där totalledaren startar sist i respektive klass.

### DALACUPEN & JUNIORCUPEN

Lördagens långdistans ingår i Dalacupen för DH14-DH16 och Dalarnas Juniorcup.

### ARENA

Högfjällshotellet, 10 km väster om Sälen by. Vägvisning från väg 66. [61.156306, 13.117234](https://www.google.com/maps/place/61.156306,13.117234)

**Väg 66 avstängd efter rondell Cirkel-K vid Lindvallen. Ta fjällvägen genom Sälsättern.**

### PARKERING

200-1000 meter från parkering till arena. Parkerings i anslutning Högfjällshotellet och längs väg 66. Registrering med appen MobilPark krävs. Gratisplatser fylls först, sedan betal. Samåk gärna. Arrangören tar inte ut någon parkeringsavgift.

**Se separata anvisningar för parkering i [Eventor](#).**

### CYKLA TILL ARENAN

Det går bra att cykla till arenan. 5,8 km och 50 höjdmeter längs grusväg från Lindvallen.

### KLUBBPÅSAR

Klubbpåsar med PM, klubbstartlista och hyrbrickor hämtas på arenan.

**Ta hela påsen eller endast din bricka.**

### STARTLISTA

Publiceras på Eventor samt vid arenan och startplatserna.

### BANLÄNGDER

Enligt SOFT:s rekommendationer för respektive distans. För exakta banlängder se [Eventor](#).

### FÖRSTA START

Fredag kl. 18:30.

Lördag kl. 11:00.

Söndag kl. 10:00.

### START

Start 1 för samtliga klasser alla dagar. Följ orange/vit snitsel. Inga toaletter vid start.

**Fredag** - 1200 meter till start längs väg/stig.

**Lördag** - 800 meter till start längs väg/stig

**Söndag** - 700 meter längst stig/slombacke.

Stark kupering - 100 höjdmeter.

### NUMMERLAPPAR

Bäres av H21 Elit och D21 Elit alla dagar, samt DH14 och DH16 lördag. Självservering vid start. Självhäftande.

### ÖVERDRAG

Transporteras från starterna tillbaka till arenan.



## STÄMPLINGSSYSTEM

EMIT Touch Free Pro. Hyrbrickor (EMIT-tags) finns att hämta i klubbpåsarna vid arenan. Deltagare som är anmälda i 3-dagars behåller samma bricka under alla tävlingsdagar.

**OBS! De som endast deltar enstaka dagar återlämnar EMIT-tag varje dag efter målgång.**

Stämplingssändaren sitter uppe på kontrollställningen. För handen med EMIT-taggen nära skärmen för att stämpla. När stämpling vid en kontroll genomförts blinkar EMIT-taggen i 10 sekunder.

**OBS! Man behöver inte slå EMIT-taggen mot kontrollen och stämplingssändaren.**

Borttappad hyrbricka debiteras respektive klubb med 700 kr/bricka.

## STARTPROCEDUR

Start sker på lottad starttid enligt startlistan för huvudklasser, elektronisk startkontroll används i startstämplingen för dessa klasser.

Nollning av EMIT-tag görs på startlinjen. När det är 5 sekunder kvar till start läggs EMIT-taggen på startenheten. När EMIT-taggen lyfts från startenheten startar tiden.

Start före starttid leder till diskning (tjuvstart). Start mer än 5 sekunder efter starttid ger startlistans starttid (försenad start).

Ungdomsklasser upp till och med DH16 erhåller kartan en minut före start. Övriga klasser tar kartan i startögonblicket.

## KONTROLLDEFINITION

Finns lösa samt tryckta på kartan.

## ÖPPNA KLASSER / INSKOLNING

**Direktanmälan utgår då anmälningstaket på 1200 deltagare uppnåtts. Öppna klasser och inskolning endast för de som är föranmälda.**

Start för **föranmälda deltagare** i öppna klasser under tiden som tävlingsklasser startar respektive dag. Separat fälla vid start.

## DIREKTANMÄLAN HUVUDKLASS

**Direktanmälan utgår då anmälningstaket på 1200 deltagare uppnåtts.**

## MINIKNAT

Fredag 17:30-19:30, lördag 10:00-12:00, söndag 09:00-11:00. Avgift 20 kr, gärna Swish.

## BARNPASSNING

Inomhus i anslutning till arenan för barn 3 år och äldre (ej blöjbarn).

Fredag 18:00-21:00, lördag 10:30-13:30, söndag 9:30-12:30. Avgift 20 kr, gärna Swish.

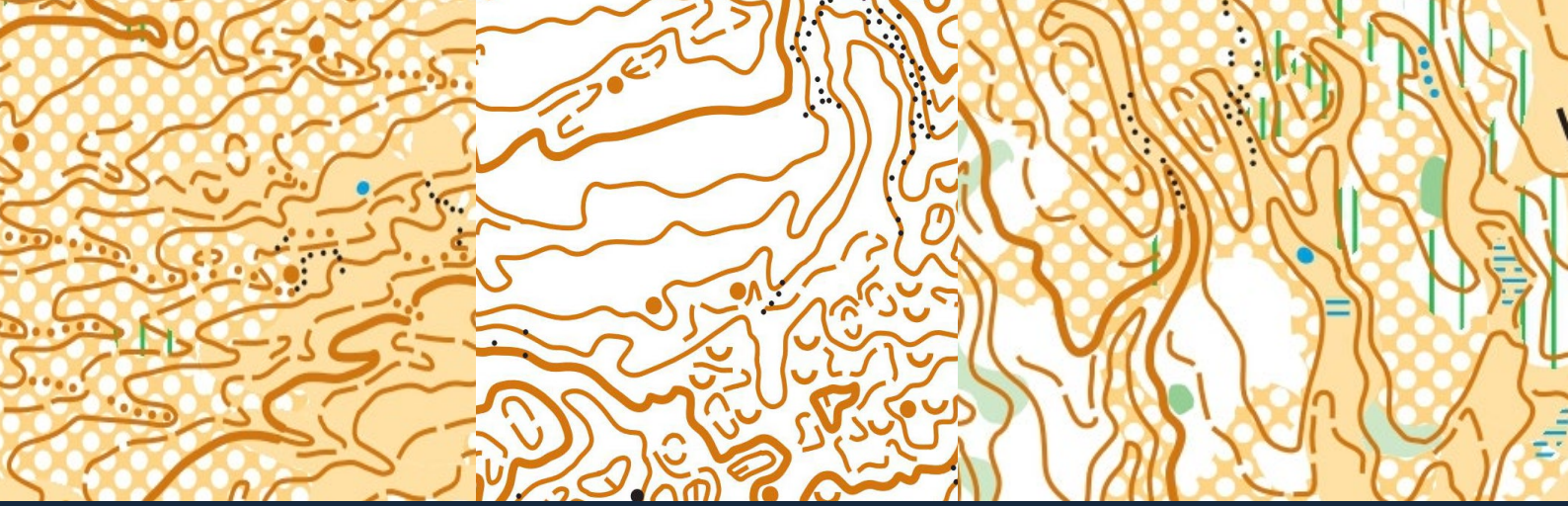
## UTBRUTET MÅL

Under lördagen har klasserna DH18-DH80, Svår 3 km, Svår 5 km och Svår 7 km (ej elitklasser) utbrutet mål. Kom ihåg att läsa ur EMIT-tag vid arenan efter målgång.

## VÄTSKEKONTROLL

Vätskekontroller med vatten under lördagen. Elitklasser serveras sportdryck från Umara. Ta gärna med eget vätskebalte på fjället vid varmt väder. Vatten efter målgång alla dagar.





## KARTA

Ritad av Kenneth Kaisajuntti, 2016.  
Planbilda-reviderad våren 2022.  
Ekvidistans 5 meter.

### Skala långdistans

DH18-DH21 skala 1:15 000.  
DH16, DH35-DH40 & Svår 7 km skala 1:10 000.  
Övriga klasser skala 1:7 500.

### Skala medeldistans

DH16-DH45 & Svår 7 km skala 1:10 000.  
Övriga klasser skala 1:7 500.

## OTYDLIGA STIGAR

Det finns konstgjorda och otydliga stigar i terrängen, dessa är markerade med vit snitsel. Berör samtliga klasser i viss mån.

## FÖRBJUDNA OMRÅDEN

Ett antal förbjudna områden finns markerade på kartan och i terrängen. I terrängen markerad med heldragen eller hängande snitsel. Överträdelse leder till diskvalifikation.

## PASSAGE ÖVER Å

Under fredagen ska alla klasser passera en å - en eller flera gånger. Ån kan på vissa ställen vara djup och delvis ström. **Iakttta försiktighet!**  
DH70 och äldre, DH12 och yngre, Inskolning, Lätt 2,5 km, Mycket Lätt 2,5 km och Lätt 5 km passerar ån över broar längs naturliga vägval.

## VÄGPASSAGE

Under lördagen kommer en trafikerad väg att passeras. Gäller ej klasser med utbrutet mål. Vakter finns utplacerade för att uppmärksamma trafiken om att tävling pågår, men har ej i uppgift att

stanna trafiken. Iakttta försiktighet och se dig för när du passerar. Alla klasser som passerar vägen gör detta i samband med en kontroll placerad innan vägpassagen.

**OBS! Förbjudet att springa längs med vägen.**

## TERRÄNGBESKRIVNING

**Fredag** - Varierande skogsterräng med ett stort inslag av hängmyrar och mindre vattendrag. Detaljerad kurvbild i sluttningar bestående av storstammig tall-/granskog. Mestadels god framkomlighet, men branta sluttningar och enstaka områden med stenbunden terräng begränsar farten. Måttlig till stark kupering.

**Lördag** - Till största delen kalvfjäll för samtliga klasser. Mycket god sikt och framkomlighet. I fjällbjörkssluttningar för de längre banorna begränsas sikt och framkomlighet något. Måttlig kupering.

**Söndag** - Karaktäristisk storkuperad fjällterräng med en blandning av kalvfjäll, fjällbjörk och storstammig tall-/granskog. Mestadels mycket god sikt och framkomlighet med enstaka områden med tätare skog och stenbunden terräng. Måttlig till stark kupering.

**Ungdomsbanor** - Följer samtliga dagar ett sammanhängande nät av ledstänger i form av stigar, vägar, kraftledning och vattendrag.

## TÄVLINGSREGLER

SOFT:s tävlingsregler gäller.

## STARTLISTA & PM

Publiceras på Eventor senast torsdag 30 juni samt på arenan.



## VILTRAPPORT

Lämnas på anvisad plats intill målet.

## FÖRSTA HJÄLPEN

Inomhus på nedre plan i anslutning till målet.

**Ring nödnummer 112 vid akut händelse.**

**Hjärtstartare finns vid arenan.**

## TOALETTER

Finns i anslutning till arenan. Inga toaletter vid start.

## DUSCH / OMKLÄDNING

Ingen dusch i anslutning till arenan. Vi hänvisar till Tandådalen's Caravan-Club (gratis för deltagare).

## SERVERING

Utomhus i anslutning till arenan.

Kaffe, fika, godis & enklare mat.

## PRISUTDELNING

**Inskolning & Mycket Lätt 2 km:** Hämtar sitt pris mot uppvisande av karta efter målgång vid prisbordet (alla etapper).

**Öppna Klasser:** Lottade priser samtliga dagar. Kan hämtas fredag, lördag eller söndag vid prisbordet. Vinnare anslås på resultattavlan.

**DH35 och äldre:** Totalsegrarna hämtar sitt pris vid prisbordet under söndagen. Ingen prisutdelning efter fredagens och lördagens etapper.

**DH10-DH21:** Prisutdelning för totalresultat. Prisutdelning sker efter hand som klasserna blir klara.

Ingen prisutdelning efter fredagens och lördagens etapper. Antal priser per klass anslås på resultattavlan.

## SPORTFÖRSÄLJNING

Letro Sport finns på plats i anslutning till arenan.

## TRÄNA HELA SOMMAREN

Vi erbjuder under 2022 11st träningsövningar i Sälenfjällen. Övningarna finns i olika svårighetsgrader och passar allt från nybörjare till elit. Fasta kontroller sitter ute under perioden 15 juni till 15 augusti.

Läs mer om våra träningar [HÄR](#).

## TÄVLINGSLEDNING

**Tävlingsledare** - Oskar Sandberg

073-978 60 55, [oskar.sandberg@malungsok.se](mailto:oskar.sandberg@malungsok.se)

**Bitr. tävlingsledare** - Karl-Erik Sigfrids

070-533 23 47, [karl-erik@byggteknik.se](mailto:karl-erik@byggteknik.se)

**Sekretariatschef (frågor gällande anmälan)** -

Jörgen Norén 070-375 72 84,

[jorgen.noren.himibyn@gmail.com](mailto:jorgen.noren.himibyn@gmail.com)

**Tävlingskontrollant** - Per Sandberg

070-640 46 73, [carinaper18@gmail.com](mailto:carinaper18@gmail.com)

**Banläggare** Daniel Hajek & Magdalena Hajkova

079-328 86 89, [daniel@hajci.eu](mailto:daniel@hajci.eu)

**Bankontrollant** - Mats Jönsson

070-641 95 99, [familjen.jungaker@hotmail.com](mailto:familjen.jungaker@hotmail.com)