




Trekvällars 4-6 juli

Tävlings PM

Arena	Brotorpsstugan , Skogsluffarnas klubbstuga OBS! Ingen vägvisning till arenan
Färdmedel	Se tillgängliga bussar och busshållplatser nedan. Se SI.se för detaljer 
Parkering	Ingen parkering ordnas. Viktigt att de lokala parkeringsföreskrifterna följs. Ingen parkering tillåten vid Brotorpsstugan. Vi rekommenderar cykel eller allmänna kommunikationsmedel. Cyklar är välkomna att parkera vid Brotorpsstugan.
Klasser / Banlängder	Se eventor för klasser, banlängder enligt Stockholms rekommendation. Dag 1 – Lång, Dag 2 – Medel, Dag 3 – Lång
Öppna klasser	Finns att köpa mellan 17:00 – 18:45. Ungdom t.o.m 16 år 70 SEK, Övriga 180 SEK. SI Hyra 30 SEK. Kontant eller swish för klubblösa, fakturering till klubb för övriga Fri starttid mellan 17:30 och 19:30 Tillgängliga banor: Inskolning, Mycket lätt 2 km, Mycket lätt 4 km, Lätt 2,5 km, Lätt 5 km, Medelsvår 3 km, Medelsvår 5km, Svår 3 km, Svår 5 km, Svår 7 km (Dag 1 och Dag 3).
Stämplings-system	Sportident



Trekvällars 4-6 juli

Karta	Dag 1 och dag 3, Nackareservatet-Erstavik. Ritad av Fredrik Ahnlén 2018-2019. Ytreviderad i banstråken 2022 Dag 2, Flaten. Nyritad 2021 av Fredrik Ahnlén.
Skala	1:7500 för HD10-HD14, HD45-HD85, Inskolning, alla U-klasser och alla öppna klasser förutom Svår 7 km 1:10000 för övriga klasser
Terräng- beskrivning	<p>4 juli, Lång Måttligt kuperad terräng med mestadels mycket god framkomlighet. Det framkommer partier med sämre framkomlighet och starkare kupering i några områden. Området består av ett rikt stignät, från små otydliga stigar till stora motionsspår. Flera otydliga stigar är ej med på kartan.</p> <p>5 juli, Medel Måttligt kuperad terräng med mestadels god till mycket god framkomlighet. Det framkommer partier med sämre framkomlighet och starkare kupering i några områden. En stor del av området består av en koloniförening och stora och små stigar samt mindre körvägar.</p> <p>6 juli, Lång Måttligt kuperad terräng med mestadels god till mycket god framkomlighet. Det framkommer partier med sämre framkomlighet och starkare kupering i några områden. Området består av ett rikt stignät, från små otydliga stigar till stora motionsspår.</p>
OBS Viktig info	<p>Att arrangera orientering i början av juli kräver banläggningen anpassar sig till riktlinjer från markägaren, i det här fallet Stockholm stad. För dag 2 så har vi valt att vara i Flaten trots att banläggningen bitvis har fått göra stora anpassningar. Respektera de förbjudna områden som finns. Obs Förbjudna är inte markerade i skogen.</p> <p>4 juli, Lång Flera otydliga stigar kommer att förstärkas med snitsel, vilket berör de yngsta ungdomsklasserna och de lättaste öppna banorna samt U-klasserna. Inskolning uppmanas vara uppmärksamma på glada och sura gubbar. Kontrollerna kan sitta tätt, kolla kodsiffran. Visa hänsyn till andra som vistas i området.</p> <p>5 juli, medel De flesta banor passerar genom eller förbi ett koloniområde. På kartan är områdena markerade med olivgrön färg, detta innebär, som alltid, att det är förbjudet att beträda tomtmark och då inte tillåtet att gena genom tomterna. Stigarna och vägarna som går genom området är dock tillåtna att springa på. Det finns flera travande hästar i området, visa hänsyn till dem precis som gående och cyklister.</p> <p>6 juli, Lång Vissa otydliga stigar kommer att förstärkas med snitsel, berör de yngsta ungdomsklasserna och de lättaste öppna banorna samt U-klasserna</p>



Trekvällars 4-6 juli

Maxtid	Målet stänger senast kl 20:45 alla dagar.
Första hjälpen	Enklare första hjälpen kommer finnas vid arenan. Ring 0721 459 458 om något händer i skogen
Start	Fri start 17:30-19:30 alla dagar, Orange-vit snitsel Dag 1, 400 m Dag 2, 1400 m Dag 3, 700 m
Start-procedur	Välj den kö där din klass finns angiven. En person per minut kliver fram. Det finns tre steg (tre minuter) i startfällan. Steg 1 – pricka av dig. Steg 2 – vänta. Steg 3 – ungdomarna får kartan en minut före start. Vuxna tar kartan i startögonblicket. Glöm inte att startstämpla. Efter målgång stämplar du ut vid avläsningen på arenan – även om du inte fullföljt banan!
Definition-er	Tryckta på kartan, inga lösa definitioner
Vätska	Ingen vätska finns i terrängen.
Målgång	Viktigt att ni stämplar ut vid arenan efter målgång för att få resultat. Dag 1 Vid arenan Dag 2, Utbrutet mål, följ snitsel 1900 m till arenan Dag 3, Vid arenan
Resultat	Publiceras på Eventor. På arenan endast liveresultat
Priser	Presentkort som skickas ut, efter totalresultat.
Överdrag	Inga överdrag fraktas tillbaka från start.
Ombyte	Det kommer finnas ombytesrum på arenan
Dusch	Ingen dusch på arenan.
Toaletter	Finns endast arenan. Inga toaletter vid starten.
Servering	Servering med Linsgryta, Sallad, Hamburgare, Smörgåsar, Kaffe, te mm kommer finnas vid arenan
Banläggare	4 juli, Jacob Lindstam 5 juli, Vendela Rundström, Jacob Lindstam 6 juli, Vendela Rundström
Ban-kontroll	Kjell Almgren
Tävlings-ledare	Ola Kåberg 0721 459 458
Tävlings-kontroll	Per Wollbrand

VÄLKOMNA