

PM Natt-DM 2 september

Järfälla orienteringsklubb hälsar er välkomna till Stockholms Natt-DM vid Ängsjö friluftsgård.



Arena

Ängsjö friluftsgård i Järfälla.

Koordinater RT90 6599634, 1613600

Vägvisning från Rotebroleden 267 vid E18 avfart 156 Stäket.

Kollektivtrafik

Pendeltåg till Kallhälls station, därefter buss 548 till Stäket alternativt Norra Stäket. Bussen går var 30 min. Därefter är det 4km promenad till Ängsjö längs samma väg som bilarna åker.

Parkering

På anvisad plats. Avstånd < 500m. Avgift 30kr betalas med Swish **123 081 14 30** Järfälla OK

Direktanmälan

Anmälan till öppna klasser vid arenan kl 19-21. Starten är öppen mellan kl 20:30-21:30. Avgift 180kr för vuxna och 70kr för ungdomar. Betala med Swish **123 228 80 82** Järfälla OK.

Start

Avstånd till start är 700m. Orange/vit snitsel. Lottad starttid för alla klasser utom öppna klasser **utan startstämpling**. Öppna klasser har fri start **med startstämpling**.

Överdragskläder

Överdrag som lämnas vid start transporteras tillbaka till arean.

Stämplingssystem

Sportident. Alla förekommande brickor får användas dock är AIR+ inte aktiverad i SI-enheterna. Anges inget SI nummer vid anmälan så tilldelas löparen en hyrbricka till en kostnad av 30 kr. Förlorad hyrbricka debiteras med 400 kr.

Klasser och banlängder

D12	2,6km	H12	2,5km
D14	3,5km	H14	4,0km
D16	4,6km	H16	5,2km
D18	5,1km	H18	7,1km
D20	5,5km	H20	8,6km
D21	7,7km	H21	10,8km
D21k	5,0km	H21k	7,1km
D35	5,3km	H35	7,1km
D40	4,6km	H40	6,5km
D45	4,2km	H45	6,2km
D50	4,1km	H50	5,6km
D55	3,7km	H55	4,9km
D60	3,5 km	H60	4,4km
D65	2,9km	H65	4,0km
D70	2,8km	H70	3,6km
U2	2,1km	H75	3,1km
U3	2,5km	H80	2,3km
U4	3,2km	H85	2,3km

Öppna klasser

Mycket lätt 2km	2,1km
Mycket lätt 3km	3,0km
Lätt 2,5km	2,6km
Lätt 4km	3,8km
Medelsvår 3km	3,2km
Medelsvår 5km	4,9km
Svår 3km	3,1km
Svår 5km	4,8km
Svår 7km	6,9km

Klassändringar

D75 slås ihop med D70.

Kontrollbeskrivning

Lös kontrollbeskrivning finns i startfållan. Kontrollbeskrivningen är också tryckt på kartan.

Karta

Kartan är reviderad 2022.

Ekvidistans 4m.

1:10 000 i HD18-40 och svår 7km.

1:7 500 i övriga klasser.

På några ställen är otydliga stigar förstärkta med vit snitsel i terrängen.

Elljusspår

Elljusspåret kommer att vara tänt under hela tävlingen.

Terrängbeskrivning

I huvudsak måttligt kuperad terräng med flera fina hållmarker. Det är övervägande snabblopt. Men vissa grönområden är svårpasserade.

Vätska

Finns på D21, H18-45, H21kort och Svår 7km. Se markering på kartan.

Varvning

H21 har varvning med vätska i anslutning till arenan

Startlista och Resultat

Kommer endast redovisas via liveresultat.orientering.se och på Eventor efter tävlingen.

Livelox

Banor och karta kommer att återfinnas på livelox efter genomförd tävling.

Maxtid

2,5 timme.

Prisutdelning

Plaketter till de 3 främsta i tävlingsklasserna. Dessa delas ut i samband med Stafett-DM den 4 september.

Första hjälpen & hjärtstartare

Förbandsmaterial för självservering i anslutning till målet och hjärtstartare finns i caf. Vid akuta sjukdomstillstånd kontakta 112.

Servering

Ängsjö Cafe serverar soppa och fika och ligger alldeles i anslutning till målet med bra utsikt över upploppet.

Toaletter

Det finns endast vid arenan.

Dusch omklädning

Omklädningsrum med dusch och bastu finns inomhus.

Ta av er skorna innan ni går in i byggnaden.

Tävlingsregler

SOFTs tävlingsregler tillämpas, kompletterat med StOFs anvisningar för arrangemang i Stockholm.

Revanschen

På lördagen den 3 september finns möjlighet att springa nattbanorna i samband med en Motionsorientering på samma plats mellan kl 10-13. Se länk eventor.orientering.se

Tävlingsorganisation

Tävlingsledare: Jonathan Alm

Banläggare: Stefan Sundelius och Per Lind

Tävlings- och bankontroll: Göran Reinholdson

Kontakt och frågor?

0739-862527 eller jonte@jarfallaok.se

Välkomna till Järfälla den 2 september!