

MALUNGS OK SKOGSMÅRDARNA

INBJUDER TILL

3+3 | SÄLEN

30 JUNI–2 JULI 2023



PROGRAM

Varmt välkomna att uppleva drömorientering i Sälenfjällen sommaren 2023. Tre dagar med utmanande tävlingar för både elit och motionär.

Fredag 30 juni

Intensiv medeldistans.

Lördag 1 juli

Tuff långdistans på kalvfjället.

Söndag 2 juli

Rafflande medeldistans där totalledaren startar sist i respektive klass.

ARENA

Myrflodammen, 13 km väster om Sälen by. Vägvisning från väg 66. Vid arenan sker uthämtning av klubbpåsar med klubbstartlista och lånebrickor.

PARKERING

0–1000 meter från parkering till arena. Parkeringsplatser längs med vägar i stugområde. Parkeringsavgift 20 kr/dag.

DELTAGARTAK

Beslut om deltagartak på **1250 deltagare** per dag är taget med hänsyn till slitage på området.

KLASSER

Elitklasser, HD18 Elit-HD21 Elit
Tävlingsklasser, HD10-HD80
Öppna klasser, Mycket lätt 2 km-Svår 7 km

BANLÄNGDER

Enligt SOFT:s rekommendationer för respektive distans. Exakta banlängder kommer att publiceras på Eventor i god tid innan sista anmälningdag.

KARTA

Ritad av Kenneth Kaisajuntti, 2016.
Delvis reviderad våren 2023.
Ekvidistans 5 meter.

Skala långdistans

DH18-DH21 skala 1:15 000.
DH16, DH35-DH40 & Svår 7 km skala 1:10 000.
Övriga klasser skala 1:7500.

Skala medeldistans

HD16-HD40 & Svår 7 km skala 1:10 000.
Övriga klasser skala 1:7500.

TERRÄNGBESKRIVNING

Karaktäristisk storkuperad fjällterräng med en blandning av kalvfjäll, fjällbjörk, hängmyrar samt sluttningar med storstammig tall- och granskog. Mestadels mycket god sikt och framkomlighet med enstaka områden med tätare skog och stenbunden terräng. Stark till måttlig kupering.



FÖRSTA START

Fredag kl. 18:30.
Lördag kl. 11:00.
Söndag kl. 10:00.

STÄMPLINGSSYSTEM

EMIT Touch Free Pro med emiTag.
Endast ljussignal erhålls vid stämpling.
Löpare som ej anger egen bricka vid
anmälan tilldelas hyrbricka.

**För deltagare som inte har egen EmiTag
tillkommer brickhyra med 30 kr/dag.**

ANMÄLAN

Anmälan stänger då anmälningstaket är fullt.

Anmälningsavgiften faktureras i
efterhand. Vid anmälan godkänns att
ditt namn läggs ut på internet.
Utländska löpare betalar kontant på
tävlingdagen.

DIREKTANMÄLAN

Direktanmälan i mån av plats. Endast öppna
klasser.

ANMÄLNINGSAVGIFTER

Elit 200 SEK/dag, Vuxna 150 SEK/dag,
ungdom 80 SEK/dag.
Öppna klasser: Vuxna 150 SEK/dag,
ungdom 80 SEK/dag.
För efteranmälan utgår 50% förhöjd
avgift.

TÄVLINGSREGLER

SOFT:s tävlingsregler gäller.

STARTLISTA & PM

Publiceras på Eventor senast torsdag 31
juni samt på arenan.





SERVICE

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, 4 km från arenan. Deltagare duschar gratis.

Miniknat

I anslutning till arenan. 20 kr/dag. Barnpassning kommer inte erbjudas. Vi kan erbjuda familjelottning (ej elitklass).

Servering

Välsorterad servering utomhus i anslutning till arenan. Kaffe, fika, godis, enklare mat med mera.

Prisutdelning

Prisutdelning för totalresultat vid arenan efter söndagens tävling. Priser till ungdomar samt de främsta i elitklasserna och segrare i veteranklasser. I övrigt lottade priser. Inga etapppriser.

Sportförsäljning

Letro Sport finns på plats i anslutning till arenan.

TRÄNA HELA SOMMAREN

Vi erbjuder under 2023 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.

LOGI

Vi hänvisar till:

Skistar Lindvallen
0771-84 00 00 eller www.skistar.se

Jonas i Sälen
+46 (0) 280 333 30 eller www.jonasisalen.se

Högfjällshotellet
+46 (0) 280 870 00 eller deras [hemsida](#).

RESA

Du tar dig enkelt till Sälen på olika sätt; bil, buss, tåg eller flyg. Samåk gärna.

[HÄR](#) hittar du resealternativ.

TÄVLINGSLEDNING

Tävlingsledare - Oskar Sandberg
073-978 60 55, oskar.sandberg@malungsok.se

Bitr. tävlingsledare - Karl-Erik Sigfrids

Sekretariat (frågor om anmälan) - Jörgen Norén
070-375 72 84, jorgen.noren.himibyn@gmail.com

Tävlingskontrollant - Per Sandberg
070-640 46 73, carinaper18@gmail.com

Banläggare - Sarah Persson, Daniel Roos

Bankontrollant - Mats Jönsson