



PM Järladubbeln Velamsund

Medeldistans lördagen den 6 maj 2023
Långdistans söndagen den 7 maj 2023

Arena

Velamsunds gård, Nacka, sydost om Stockholm
GPS-koordinater: 59.3464, 18.3238

Direktanmälan

Anmälan till öppna klasser, Inskolning och U-klasser kan ske på arenan. Avgiften för ungdomar 80 kr, klubbanslutna vuxna 150 kr, övriga 225 kr. Registrering från kl 9.30. Fri start mellan kl 10.00 och 12.30 (lördag) och 10.00-12.00 (söndag).

Klasser, banlängder

Tävlingsklasser och öppna klasser enligt SOFTs och StOFs anvisningar. Åldersindelning DH10-DH85, samt Inskolning, U1, U2, U3 och U4. Skuggning är tillåten i Inskolning och U-klasser.

Banlängder framgår av startlistan på Eventor, [medeldistans](#) respektive [långdistans](#). Medeldistansen har i några fall något längre banor än normen anger med anledning av enkel inlöpning till arenan.

Start

Starttider medel 10.00-12.30, starttider lång 10.00-12.00.
DH10-DH21 lottad start. Övriga fri intervallstart. Minsta intervall är 1 min, deltagare uppmanas att utöka detta genom självreglering i startfållan. Startlistor finns på arenan och vid respektive start.

Start 1 Lördag Medeldistans

Samtliga klasser. Följ orange-vit snitsel. Avstånd till start: 1200m.
Toalett finns vid start.

Start 1 Söndag Långdistans

DH16-DH85 och öppna klasser Medelsvår 5km, Svår 3km, Svår 5km, Svår 7km
Följ orange-vit snitsel. Avstånd till start: 600m.
Toalett finns vid start.

Start 2 Söndag Långdistans

DH10-DH14 och öppna klasser: Inskolning, U1-U4, Mycket lätt 2km, Mycket lätt 4km, Lätt 2.5km, Lätt 5km, Medelsvår 3km.
Följ orange-blå snitsel. Avstånd till start: 700m.
Ingen toalett vid start.





Karta och noterbara tecken



ISOM2017, reviderad 2023 av Martin Bellander. Ekvidistans 5m. Digitalt tryck. Skalor enligt SOFTs regelverk.

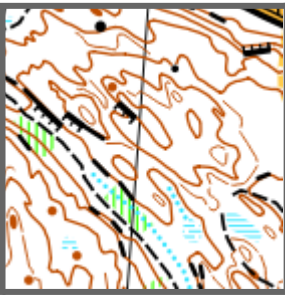
I området finns ett större antal raserade stängsel som kan passeras. Karttecknet för detta visas här till vänster.

Terrängbeskrivning



Velamsund är ett naturreservat och ett av Nackas största friluftsområden. Arenan är placerad intill Velamsunds gård som ligger i en brant sprickdal mitt emellan Velamsundsviken och Insjön.

Terrängtyp: Varierande terräng med tekniskt krävande och gren-typisk orientering båda dagarna. Området är välbesökt och stigrikt men delar av långdistansen kommer även gå i områden med vildmarkskaraktär (gäller de längre banorna).



Framkomlighet: Uppe på höjderna är framkomligheten mycket god. Mellan höjderna kan framkomligheten variera, från medelgod till begränsad.

Granbarksborren har medfört en hel del trädfällan i ett parti som berör långdistansens längre banor. I det området är framkomligheten mycket begränsad.

Under vintern har även tung snö medfört att framkomligheten på den del stigar hindrats på grund av nedfallna träd och stora grenar. Till största del är detta undanröjt men det kan kvarstå en del hinder.

Kupering: Måttlig kupering gäller generellt, men främst under långdistansen kommer flera banor även gå i kraftigt kuperad terräng.

Förbjudna områden

Förbjudna områden är markerade på kartan enligt gängse norm. Överträdelse medför diskning. Tomtmark är förbjudet område.

Notera! Medeldistans

Strax efter start finns en gammal nedriven kabel i skogen. Den är ofarlig och kan passeras.

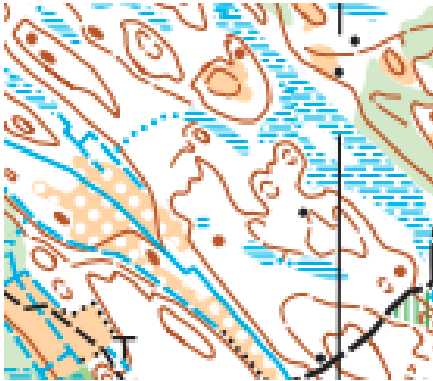
En stig med nya trädfällan har fått en ny dragning med vit snitsel.

Röjning av trädfällan har skapat en del nya släpstigar som inte kom med i kartrevideringen. Detta berör *inte* DH10-12, U1-U3, öppna klasser Mycket Lätt och Lätt.





Kontrollerna sitter tätt, kontrollera kodsiffran!



Område med nya släpstigar

Ny dragning av stig. Vitsnitslad.

Ofarlig. Ej i bruk.

Notera! Långdistans

Följande klasser har en snitslad övergång vid ett gärde: D18, D20, D35, D40, H18, H21, H21K, H45, H50, H55, samt Svår 7km. Löpare ska följa snitseln.

Utbrutet mål Medeldistans

Följande klasser har utbrutet mål: DH80-85. Avstånd utbrutet mål och arenan: 450m. Utläsning sker på arenan.

Utbrutet mål Långdistans

Följande klasser har utbrutet mål: D70-D85, H80-H85 samt Svår 3km. Avstånd från utbrutet mål och arenan: 300m. Utläsning sker på arenan.

Stämplingssystem

Sportident SI-card (ej touch). Sportident-pinne kan hyras för 30 kr. Vid förlust av Sportident-pinne debiteras 400 kronor.

Tävlingsregler

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

Kollektivtrafik

Buss från Slussen: 422 till hållplats Kihls gård, 32 minuter. Avstånd hållplats till arenan 2100 meter. Entreprenör är underrättad för utökad kapacitet men inga garantier finns.

Bil och parkering

Samåk! Det är ont om parkeringsmöjligheter.

Följ skärm-markering från väg 222, tag höger vid Ormingeavfarten, sedan höger igen vid Värmdövägen mot Gustavsberg och därefter vänster på Velamsundsvägen. Anvisning av P-vakter. Parkeringarna





är fördelade till flera platser, 50 meter - 2100 meter från arenan.
Merparten nära arenan. P-avgift 30 kr.

Överdrag

Transporteras tillbaka till arenan.

Service vid arenan

Omklädnad och dusch inomhus. Notera: Inga skor inomhus!

Servering med kaffe, hembakat och grill

Lekhage erbjuds de minsta, dock ingen barnpassning

Miniknat för de minsta. 40 kronor per barn. Det går bra att återanvända Si-pinne från tävlingen. Ingen tidtagning.

Första hjälpen vid arenan.

Sportförsäljning. OL-specialisten finns på plats.

Tävlingsorganisation

Tävlingsledare: Per Lembre

Biträdande tävlingsledare: Leif Lundin

Banläggare medeldistans: Anna Curtius

Banläggare långdistans: Anders Asplund och Henrik Hellman

Tävlingskontrollant & ansvarig markkontakter: Fredrik Brandhorst

Bankontrollant medeldistans: Peter Sandström

Bankontrollant långdistans: Oscar Björck

