

## Hösttävling i skärgårdsterräng

29 oktober 2023

Gustavsbergs OK bjuder in till nationell tävling i långdistansorientering – med banor av riktig långdistanskaraktär!



### Tävlingsarena

Strax öster om Gustavsbergs Centrum, Norr om Ösby träsk, koordinater 59.328119, 18.403485.

### Kollektivtrafik

Det finns mycket bra möjligheter att ta sig kollektivt till arenan. En mängd busslinjer trafikerar Gustavsbergs Centrum. Från Gustavsbergs centrum är det ca 800 m till arenan.

### Bilparkering

Parkering på allmänna parkeringar i Gustavsbergs centrum, se separat parkerings-PM. P-skiva 4 till 16 timmar. Var uppmärksam på de lokala parkeringsskyltarna. Ingen P-avgift tas ut av Gustavsbergs OK.

### Klasser

HD10-85, Inskolning, U1-U4, Mycket lätt 2 km, Lätt 2,5 km, Lätt 5 km, Medelsvår 3 km, Medelsvår 5 km, Svår 3 km, Svår 5 km, Svår 7 km

### Karta

Ritad 2015-2019 av Bertil Lundkvist. Grundmaterial baserat på Lantmäteriets laserscan. Reviderad 2023 av Martin Bellander. Ekvidistans 5 m. Digitalt tryck. Skala enligt SOFTs anvisningar.

### **Terrängbeskrivning**

Måttligt kuperad skogsterräng med inslag av kulturmark. I området finns ett antal höjdparter med relativt detaljrika områden med god sikt och löpbarhet. Området genomkorsas av ett antal större och mindre stigar. Framkomligheten är mestadels god. Hyggen och ungskogsparter förekommer.



### **Stämplingssystem**

Sportident (ej touch free). Sportidentbricka kan hyras för 40 kr. Återlämnas efter målgång. Förlorad hyrbricka debiteras med 600 kr.

### **Start**

Start mellan klockan 10 och 12. Lottad starttid för HD10-21. Övriga klasser har fri minutstart.

### **Banlängder**

Enligt StOFs gällande rekommendationer. Exakta banlängder publiceras innan sista ordinarie anmälningstid.

### **Service**

Vi erbjuder en välserverad servering, toaletter, miniknat, första hjälpen och sportförsäljning. Dusch och omklädning inomhus erbjuds vid Ekvallens idrottsanläggning, ca 400 m från Arenan.

### **Anmälan via Eventor**

Anmälan via Eventor senast söndag 22 oktober. Ungdom 80kr, vuxna 150 kr. Efteranmälan senast onsdagen 25 oktober till 50% högre avgift.

### **Direktanmälan**

Till inskolnings- och motionsklasser kan man anmäla sig på arenan på tävlingsdagen. Ungdom 80 kr, vuxna 200 kr. Anmälan öppen från 9.30. Fri start mellan 10 och 12.

### **Fakturering/betalning**

Klubbanslutna löpare faktureras respektive klubb i efterskott. Utländska löpare och de som ej är klubbanslutna betalar sin avgift före start i direktanmälningstältet på arenan. Betalning görs helst med swisch, alternativt kontant.



## Tävlingsorganisation

Tävlingsledare: Jens Werner, 070-24 80 743, [jw680930@gmail.com](mailto:jw680930@gmail.com)  
Anders Jenner, 079-100 00 45, [andersjenner76@gmail.com](mailto:andersjenner76@gmail.com)

Banläggare: Jonas Holmgren  
Malin Strandberg  
Peter Landén

## Kringaktiviteter

Det finns mycket att se och göra i och runt Gustavsberg, den mysiga hamnen med caféer och restauranger samt exempelvis Gustavsbergs Porslinsmuseum. På vägen ligger också konsthallen Artipelag.

Nära arenan ligger Gustavsbergsbadet, ett äventyrsbad med relaxavdelning och café. Passa på att bada och tampas mot varandra i vattenruschbanana efter tävlingen!

<https://www.varmdo.se/gustavsbergsbadet.4.7779a6ea16b218ead022788a.html>

# Varmt välkomna önskar Gustavsbergs OK!

