



PM



För OK ÖSTERÅKERS INDIVIDUELLA MEDELDISTANS

Lördagen den 30:e september 2023

TÄVLINGSARENA: Skärgårdsstadsskolan, ca 7km öster om Åkersberga centrum.

EFTERANMÄLAN: Efteranmälan tävlingsklass senast onsdag den 27/9, kl. 23:59 via Eventor mot 50% högre avgift. Efteranmälan, Öppna banor, senast fredag 29/9 kl. 23:59, avgift 80 respektive 200 kr.

VÄGVISNING: Se Trafik PM. Begränsat med P-platser, samåk. Avstånd mellan organiserad parkering och arenan ca. 700-2000 m. Efter överenskommelse med samfälligheten är parkering i villaområdena inte tillåten. Endast parkering på anvisad plats! Vi rekommenderar kollektivtrafiken till hållplats Tre Gruvors väg, därifrån ca. 400 m promenad till arenan. Mer info på sl.se.

KARTA: Nyritad enligt ISOM 2017-2. Utgiven av Norrkartor 2023. Skala 1:10 000 för DH21-DH40, 1:7 500 för DH45 och uppåt samt öppna klasser, ekvidistans 5 meter. Digitalt utskriven karta från BL-Idrottsservice, SOFT-certifierad kartutskrivare. Det är mycket kontroller i området. Kontrollera kodsiffran noga.

TERRÄNG: Lättframkomlig skogsmark med god sikt. I området finns flera detaljrika höjder med inslag av hållmark. Svag till måttlig kupering.

GLADA och LEDSNA ANSIKTEN: Glada och ledsna ansikten finns i inskolningsklassen.

SKUGGNING: Tillåten i klassen inskolning samt Öppna klasser.

KLASSER OCH BANLÄNGDER:

Tävlingsklasser				Öppna klasser	
Klass	Banlängd (km)	Klass	Banlängd (km)	Klass	Banlängd (km)
D21	3,8 km	H21	4,8 km	Inskolning 2 km	2,0 km
D35	3,3 km	H35	4,3 km	Mkt lätt 2 km	2,3 km
D40	3,2 km	H40	4,1 km	Lätt 2,5 km	2,6 km
D45	3,0 km	H45	3,9 km	Medelsvår 3 km	3,1 km
D50	2,8 km	H50	3,8 km	Medelsvår 5 km	4,9 km
D55	2,7 km	H55	3,3 km	Svår 3 km	3 km
D60	2,7 km	H60	3,0 km	Svår 5 km	4,6 km
D65	2,4 km	H65	2,8 km		
D70	2,2 km	H70	2,7 km		
D75	1,9 km	H75	2,2 km		
D80	1,6 km	H80	2,0 km		
D85	1,5 km	H85	1,6 km		

HOPSLAGNA KLASSER: Klasserna D95, D90 och D85 är hopslagna med D80. H95 och H90 är hopslagna med H85.

STÄMPLINGSSYSTEM: SportIdent. Löpare utan angivet bricknummer tilldelas hyrbricka á 30 kr. Förlorad hyrbricka debiteras 500 kr. SportIdent-pinnar t.o.m. version 11 även SIAC kan användas, men utan touch-free funktionen. Tömning och check vid start.

ÖPPNA KLASSER:

Öppna klasser kan köpas på plats mellan kl. 9:30 – 11:45. Kostnad vid anmälan på plats, t.o.m. D/H16: 80 kr och D/H17 och uppåt: 200 kr.

START: För att erbjuda så rolig orientering som möjligt är avståndet till start något längre, ca 1300 m. D/H 21, individuell lottad start från kl. 10:00. Efteranmälda lottas in i startlistan. Övriga tävlingsklasser och Öppna klasser, fri minutstart kl. 09:30-12:00. Då vi tillämpar fri minutstart ber vi er att sprida ut er under den möjliga startperioden för att undvika trängsel.

UTBRUTET MÅL: Samtliga klasser i Medeldistansen har utbrutet mål. Följ snitsel till arenan, ca 300 m, för utstämpling. Viktigt att utstämpling sker så att vi inte tror att ni är kvar i skogen.

REGLER: Heltäckande klädsel enligt SOFT's tävlingsregler. OBS! Klädselkontroll kan förekomma. Se till att din tävlingsdräkt är hel och täckande.

LÖPARE SOM EJ FULLFÖLJT: Alla löpare som utgått eller på annat sätt inte passerat målet och avläsningen måste gå till målet och läsa av sin SportIdent-pinne, annars räknas löparen som kvar i skogen.

DUSCH OCH OMKLÄDNING: Vardusch inomhus ca 400 m från arenan. Tänk på miljön och använd miljömärkt tvål.

TOALETTER: Finns i mindre antal ca 200 m från arenan samt i omklädningsrummen. Dessa är i första hand avsedda för ungdomarna i Österåkerskaveln. Vuxna hänvisas företrädesvis till toaletterna inomhus vid duscherna i Skärgårdsstadsskolans gymnasium ca 400 m från arenan.

VINDSKYDD: Vindskydd får placeras på därför uppmärkt plats i nordvästra delen av arenan.

RESULTAT: Resultatlistor presenteras på Eventor samt liveresultat på liveresultat.orientering.se.

LIVELOX: Banor och karta kommer att återfinnas på Livelox efter genomförd tävling.

MAXTID: Maxtiden är 2 timmar.

AFRIKANSK SVINPEST: Afrikansk svinpest finns nu i Sverige, efter att länge förekommit i vårt närområde. För att minimera risken att sjukdomen sprids ytterligare inom Sverige måste vi alla hjälpas åt med vissa åtgärder. Det handlar bland annat om att inte slänga matrester i naturen och att rengöra kläder och utrustning som använts i smittade områden i Sverige och länder där smittan finns. Var vänlig läs informationen från SOFT speciellt sida 9/10, som finns under tävlingsinformation på Eventor

VILTRAPPORT: Viltrapport görs till sekretariatet.

FÖRSTA HJÄLPEN: Möjlighet till omplåstring (obemannad) finns i anslutning till arenan.

FÖRSÄLJNING: Sportförsäljning via Ol-specialisten. Välsorterad cafeteria, Swish 123 067 06 20. OBS! Vi kan inte ta emot kontanter.

PRISUTDELNING: Prisutdelning sker snarast möjligt efter att respektive klass är klar. Pris till segrarna i D/H21.

BARNPASSNING: Finns ej.

MINIKNAT: Finns i anslutning till arenan. Går i kuperad skogsterräng. Öppet mellan kl. 10.00-12.00. Avgift 40 SEK. (Swish 123 067 06 20.)

TÄVLINGSLEDARE: Karin Åhlén

BITR. TÄVLINGSLEDARE: Torbjörn Gillsparr

BANLÄGGARE: Henrik Törnqvist, Torbjörn Berntstedt, Michaela Lundell

BANKONTROLLANT: Göran Johansson

TÄVLINGSKONTROLLANT: Cia Fochsen

UPPLYSNINGAR: info@okosteraker.se

VARMT VÄLKOMNA TILL EN HÄRLIG MEDELDISTANS!

