



PM FÖR NATT-KM 2023

Denna höstkväll ska det avgöras vilka i klubben som navigerar säkrast i nattens mörker. Det här är något för såväl veteraner som nybörjare - **natten tillhör alla!**



TIDPUNKT

Lördag 14/10. Första start kl 18:30 (solens nedgång 17:44).

PLATS & SAMLING

Mälare SOK:s klubbstuga vid Knalleborg, Ekerö. Koordinater: 59.279483, 17.815815.

Samling från kl 17:30, det går förstås bra att droppa in när det passar för den som fått en sen starttid. Vi hoppas att några ska stanna kvar efter genomfört lopp för umgänge (bastu finns), gemensam analys och lättare förtäring som klubben bjuder på!

KOMMUNIKATIONER

Med SL-buss (linje 302) till hpl Knalleborg, därifrån ca 300 m längs större stig som kommer vara snitslad för tydlighets skull. Obs! Hållplatsen är dock sparsamt trafikerad helgkvällar - hpl Träkvista idrottsplats är ett alternativ, då med ca 2 km promenad längs Väsbyvägen genom ett bostadsområde.

Med eget fordon till Knalleborgs förskola (intill busshållplatsen), parkeringsreglerna på platsen är lite oklara men P-yta finns. Den som kommer på cykel kan givetvis fortsätta stigen upp till klubbstugan.

ANMÄLAN

Görs via Eventor senast 9/10, efteranmälan är därefter möjlig fram till 13/10 men kan begränsas av antalet kartutskriftsnummer som finns att tillgå.

KLASSINDELNING & KLUBBMÄSTARE

De klasser som det går att anmäla sig i är D/H21, D/H40, D/H50, D/H60, D/H70, Nybörjare Herr/Dam och Motion (öppen klass, utom tävlan). Vid färre än 3 anmälda deltagare i åldersklass slås den ihop med närmaste yngre klass. Detta gäller ej D/H21, Nybörjare eller Motion. För att kunna bli klubbmästare krävs minst 2 startande i klassen.

BANLÄNGDER

- D21: 6,5 km
- H21: 8,2 km
- D40: 4,8 km
- H40: 6,5 km
- H50: 4,8 km
- Nybörjare D/H: 3,0 km

START

Lottade minutstarttider i samtliga klasser, men med utrymme för ändringar om så krävs. Startstämpling.

En och samma start för samtliga klasser. Avstånd till start ca 1 km.

KARTA & TERRÄNG

Jungfrusund. Stigrikt friluftsområde, måttligt kuperat med mestadels god framkomlighet. Området bjuder på en viss variation då de bergiga delarna ofta är steniga och detaljrika, medan lägre liggande partier är plana och detaljfattiga.

Kartskala 1:10.000 för D/H21 och D/H40, 1:7.500 för övriga. (Om det pga sammanslagna klasser blir många 45+ i D/H40 kommer vi försöka erbjuda 1:7500 för de som så önskar.)

PASSERING AV VÄG

Samtliga banor passerar Jungfrusundsvägen två gånger. Inga anvisade övergångar finns, utan vägen korsas på eget ansvar. Då det är en 60-väg utan belysning uppmanas alla att iaktta stor försiktighet vid passage, välj ställen där både du och eventuella fordonsförare har god sikt! (Ocks om trafiken kan antas vara mycket gles vid tidpunkten för tävlingen.)

STÄMPLINGSSYSTEM

SportIdent (SI). Nummer på egen SI-bricka anges vid anmälan. Klubben innehar några SI-brickor som lånas ut till den som saknar.

KONTROLLBESKRIVNINGAR

Kommer att vara tryckta på kartan och finnas som lösa remsor vid starten.

FACILITETER

Omklädning, toalett samt bastu i klubbstugan.

Välkomna

önskar arrangörerna

Peder och Ågren