PMSOLvarvet

Nationell långdistanstävling med UP-klasser

Lördag 22 september i högklassig vildmarksterräng på Södertörn

Samling Sadelmakartorp, ca 4 km väster om Tungelsta invid väg 257. Vägvisning från Tungelsta.
GPS: N 59° 7.916', E 17° 59.386' / 59.13193, 17.98977

Allmänna färdmedel www.sl.se
Buss 848 från Västerhaninge till hållplats Västra skolan. Därifrån 2,5 km promenad västerut utmed väg 257 till Sadelmakartorp.
Buss 709 från Huddinge till hållplats Ådran. Därifrån 3 km promenad söderut längs Ådranvägen till Sadelmakartorp.

Parkering Vid TC. Avgift 20 kr per bil.

Parkering på andra sidan väg 257 kan komma att användas. Iaktta stor försiktighet vid passage.

Stämplingssystem SportIdent. Hyrpinnar lämnas ut vid tävlingsexpeditionen.
Ej återlämnad hyrpinne debiteras med 350 kr. Om kontrollenheten inte fungerar, stämpla med stiftklämman i kartan.

Banlängder

D10	2,9	D60	3,9	H18	6,2	H95	2,7
D12	3,2	D65	3,9	H20	7,8	Inskolning	1,8
D12K	2,9	D70	3,5	H21	10,5	U1	2,3
D14	4	D75	3,5	H21K	8,3	U2	2,9
D14K	2,9	D80	2,7	H35	8,8	U3	2,9
D16	4,5	D85	2,7	H40	7,8	U4	3,7
D16K	3,7	D90	2,7	H45	6,7	ÖM1	2,9
D17-20K	4,5	D95	2,7	H50	6,2	ÖM2	3,5
D18	5,6	H10	2,9	H55	5,8	ÖM3	2,9
D20	5,8	H12	3,2	H60	5,8	ÖM4	4,6
D21	7,5	H12K	2,9	H65	4,7	ÖM5	3,7
D21K	5,6	H14	4,1	H70	4,3	ÖM6	5,6
D35	6,7	H14K	2,9	H75	3,7	ÖM7	3,6
D40	5,6	H16	5,5	H80	3,5	ÖM8	5
D45	4,7	H16K	4	H85	3,5	ÖM9	7,9
D50	4,6	H17-20K	5,5	H90	2,7	Challenge	10,8
D55	4,6					ÖM11	1,8

Starttider Lottad starttid för samtliga UP klasser samt HD18-HD21. Första start kl. 10.00. Övriga klasser har fri starttid mellan 10.00-12.30.

Startplats 600 m orange-vit snitsel. Företrädesvis mindre stig i skog, anpassa tiden!

Nummerlappar Ska bäras i samtliga UP klasser. Självservering vid start.

Direktanmälan I Öppen Motion-klasser och Challenge-klasser. Anmälan på TC kl. 09.00–12.00. Start kl. 10.00–12.30. Avgift: HD-16: 50 kr, HD17-: 90 kr, Hyrpinne: 25 kr.

Karta I skala 1:15 000 för klasserna HD16-21, H35 samt Challenge. I övrigt i skala 1:10 000. Kodsiffra finns tryckt bredvid kontrollnumret på kartan. "Tillverkade" stigar markeras med vit hängande snitsel och är utritade på allas kartor.

Samtliga kartor är digitalt färgutskrivna från BL-idrottsservice i A3- eller A4-format.

Kontrollangivelser Tryckta på kartan samt lösa vid startplatsen.

Terräng Måttligt kuperad vildmarksterräng med mestadels god framkomlighet. Lättlöpta hällmarker blandas med väldigt finskurna partier och partier av tätare skog. Området bjuder på flera större sankmarker och givet det väder som har varit är de flesta mindre sankmarker nu större än de kan verka på kartan.

Förbjudna områden Heldraget på kartan = heldraget eller hängande snitsel i naturen. Respektera förbjudna områden!

Maxtid Målet stänger kl. 14.30

Dusch Varmdusch utomhus vid TC.

Toaletter Finns endast vid TC.

PriserPriser utdelas i samtliga ungdomsklasser, antal priser i varje klass anslås på resultattavlan. Prisutdelning sker efterhand som klasserna blir klara. I övriga klasser sker utlottning av köttpriser från Gröna gårdar under tävlingens gång.

Miniknat Vid TC. Öppet kl 10.00–13.00. Avgift 20 kr. Bitvis äventyrlig runda, definitivt EJ framkomlig med barnvagn.

Barnpassning Vid TC. Öppet kl 10.00–13.00. Min ålder 2 år. Avgift 20 kr.

Service vid TC Marka (Hembakt och egentillverkade hamburgare från Gröna gårdar), sportförsäljning (OL-specialisten) och sjukvård.

Tävlingsjury Per Kallhauge, Lena Sundqvist, Carina Johansson.

Upplysningar På tel. 070-690 56 89 (Joel Ahlqvist)
070-444 07 28 (Samuel Henriksson)

Huvudfunktionärer Tävlingsledare: Joel Ahlqvist & Samuel Henriksson
Tävlingskontroll: Per-Arne Forsberg
Banläggare: Ari Sahlsten & Klas Langels
Bankontroll: Gunnar Langs

VÄLKOMNA!

Gröna gårdar
KÖTT FRÅN DJUR UPPFÖDDA PÅ GRÄS OCH ÖRTER.
KRAV
Beställ eller läs mer på www.gronagardar.se

UNGDOMS UP UP UP PRISERNA

Skarpnäcks OL
www.sol.a.se