



PM för Måsenstafetten

VÅRTRIPPELN 2024

Söndagen 24 mars

SAMLING OCH ARENA

Samling vid Ryssbergsskogen, ca 3 km sydväst om Nyköping. Arenan vid Ryssbergsbacken är förlagd på gräsmatta.

Vägvisning från väg 53 mot Oxelösund, följ skylt mot golfbana.

GPS-kordinater N58.7296 E16.9803

PARKERING

Viss parkering i anslutning till arenan och fler parkeringsplatser ca 1 500 m från arenan. Gångväg längs hårdgjord väg. Det är absolut förbjudet att gå över golfbanor! Följ orange/blå snitslar från parkeringen.

Avgift för parkering 25 kr. Betala gärna med Swish – Swishnummer: 123 417 02 70

Bussar föränmäls till Thomas von Kronhelm 070 – 38 30 913

LAGÄNDRING

Kan göras i Eventor fram till lördag 23/3 kl. 18.00. I undantagsfall kan lagändring ske på tävlingsdagen hos sekretariatet.

KLUBBPÅSAR

Utlämnas på arenan. Påsen innehåller nummerlappar, PM och lagsammansättningen som den såg ut på fredag eftermiddag. Har den ändrats därefter gäller Eventor.

I klasser med fler deltagare på 2:a sträckan finns 3 nummerlappar för den sträckan oberoende av hur många löpare som anmäls.

NUMMERLAPPAR

Samtliga löpare bär nummerlapp, Bakgrundsfärg avgör på vilken sträcka nummerlappen skall användas. OBS! Ta med egna säkerhetsnålar

H17 & D17,	Sträcka 1: Vit	Övriga klasser,	Sträcka 1: Vit
	Sträcka 2: Blå		Sträcka 2: Blå
	Sträcka 3: Grön		Sträcka 3: Röd
	Sträcka 4: Röd		

ÅLDERSKLASSER, BANLÄNGDER OCH STARTTIDER

KLASS	Ca BANLÄNGD OCH BANFÄRG	GAFFLING	STARTTID
H17	8,7-6,8-6,8-8,7 km, svart	Alla sträckor gafflade	9.30
H120	3 x 5,4 km, svart	Alla sträckor gafflade	10.30
H150	3 x 4,9 km, svart	Alla sträckor gafflade	10.00
H180	3 x 3,9 km, blå	Alla sträckor gafflade	11.00
H16	4,9 km, violett + 3,6 km, orange + 4,9 km, violett	Sträcka 1 och 3 gafflad	10.15
H14	3,6 km, orange + 2,4 km, gul + 3,6 km, orange	Sträcka 1 och 3 gafflad	11.00
H12	2,4 km, gul + 2,2 km, vit + 2,4 km, gul	Sträcka 1 och 3 gafflad	10.30
D17	6,8-5,2-5,2-6,8 km, svart	Alla sträckor gafflade	09.45
D120	3 x 4,9 km, svart	Alla sträckor gafflade	10.15
D150	3 x 3,9 km, blå	Alla sträckor gafflade	10.15
D180	3 x 3,3 km, blå	Alla sträckor gafflade	10.30
D16	4,5 km, violett + 3,6 km, orange + 4,5 km, violett	Sträcka 1 och 3 gafflad	10.30
D14	3,6 km, orange + 2,4 km, gul + 3,6 km, orange	Sträcka 1 och 3 gafflad	10.15
D12	2,5 km, gul + 2,0 km, vit + 2,5 km, gul	Sträcka 1 och 3 gafflad	10.45
D/H 10	3 x 2,2 km, vit	Alla sträckor raka	11.00
D/H Inskoln.	3 x 2,0 km, grön	Alla sträckor raka	10.45
Öppen stafett	4,5 km violett; 3,6 km orange; 5,4 km svart	Alla sträckor raka	10.00

På andra sträckan i ungdomsklasserna och öppen stafett får en, två eller tre löpare starta.

Den löpare som kommer först i mål växlar till tredje sträckans löpare.
Öppna klasser kan starta mellan 09:30 - 12:30

STARTLISTA

Startlista publiceras på Eventor och kommer finnas tillgänglig på arenan.

ÖVERDRAGSKLÄDER

Ingen funktion under stafetten för överdragskläder

ÖPPNA KLASSER

På tävlingsdagen finns möjlighet att anmäla sig till öppna klasser. Anmälan i anslutning till Arenan klockan 09.15-11.30. Tävlingen erbjuder följande öppna klasser:

<i>Klass</i>	<i>Banlängd</i>	<i>Nivå</i>	<i>Kartskala</i>
Inskolning 2 km	Ca 2,0 km	Grön	1:7 500
Mycket lätt 2 km	Ca 2,0 km	Vit	1:7 500
Mycket lätt 4 km	Ca 4,0 km	Vit	1:7 500
Lätt 2,5 km	Ca 2,5 km	Gul	1:7 500
Lätt 5 km	Ca 5,0 km	Gul	1:7 500
Medelsvår 3 km	Ca 3,0 km	Orange	1:7 500
Medelsvår 5 km	Ca 5,0 km	Orange	1:7 500
Svår 3 km	Ca 3,0 km	Blå	1:7 500
Svår 5 km	Ca 5,0 km	Svart	1:7 500
Svår 7 km	Ca 7,0 km	Svart	1:10 000

OTYDLIGA STIGAR OCH STÖD TILL BARN

Otydliga stigar är vitsnitslade.

Vid starten finns glada funktionärer med reflexvästar som gärna hjälper barnen. För klassen Inskolning finns skyltar med "glada och ledsna gubbar".

STRUKNA KLASSER

Eventuellt strukna eller sammanslagna klasser meddelas efter ordinarie anmälningstid.

MAXTID

Maxtid för samtliga sträckor i alla klasser är två timmar och 30 minuter.

STÄMPLINGSSYSTEM

SportIdent (ej touch free) används för samtliga klasser. Töm och check finns vid ingång till växlingsfällan.

I de öppna klasserna tillämpas startstämpling.

Samtliga löpare ska stämpla ut vid avläsning, även vid brutet lopp.

30 kr för hyra av löparbricka. Ej återlämnad hyrd bricka debiteras med 600 kr.

VÄXLING

Inkommande löpare väljer fålla "Växel". Stämpla vid mållinjen och lämna kartan till funktionär. Löparen tar nästa sträckas karta vid kartplanket, som lämnas till utgående löpare. Om stämpling skett i reservruta i kartan, behåll kartan och ta kontakt med personal vid avläsning.

Lag som tar fel karta diskvalificeras. Lag som drabbas av att annat lag tagit fel karta skall kontakta växelfunktionär, som ordnar fram ny karta. Ingen tidskompensation ges.

I ungdomsklasserna och öppen stafett delas 3 kartor ut till andra sträckans löpare oavsett hur många löpare, som är anmälda på sträckan. De kartor som inte behövs, läggs på anvisad plats eller ges till funktionär. Första löparen i mål växlar till tredje sträckans löpare.

MÅLGÅNG

Inkommande löpare väljer fålla "Mål". Mållinjen är en tänkt linje mellan vimplarna och det är där placeringen avgörs. Målstämpla i den ordning ni passerar mållinjen! Löparen får behålla kartan.

AVLÄSNING

Snarast efter växling eller målgång skall avläsning ske. Hyrd bricka lämnas vid avläsningen.

OMSTART

Kommer att ske ca 15 – 30 min efter första målgång i H17. Exakt tid meddelas av speakern.

KARTUTLÄMNING

Sker klubbvis efter omstart, löpare som startar i samband med omstart får behålla sin karta

KARTA

Tävlingsklasser: D/H16, D/H17 & D/H120 – skala 1:10 000
Övriga tävlingsklasser – skala 1:7 500

Öppna klasser Svår 7 – skala 1:10 000 Övriga öppna banor 1:7 500

Ryssbergen nyritad karta av Peter Rasmussen 2023 enligt ISOM 2017:2.
Certifierad laserutskrift. Godkänd av SOF under 2024

Skogen har under våren gallrats och vissa släpstigar/drivvägar har tillkommit utan att dessa framgår på kartan. Detta gäller främst de längre banorna.

KONTROLLBESKRIVNING

Är tryckt på kartan.
För öppna motionsklasser finns lösa definitioner.

TERRÄNGBESKRIVNING

Typisk Sörmländsk terräng bestående av skogsmark med inslag av stigar och i huvudsak god sikt och framkomlighet. Delvis mycket detaljrik terräng med måttlig kupering.

VÄTSKA

Ingen vätska erbjuds under stafetten.

RESULTAT

Resultatlista publiceras på Eventor efter tävlingen. Löpande resultat kommer att finnas på Liveresultat. Slutresultat anslås på plank.

PRISUTDELNING

Sker när speakern informerar.
I D/H inskolning och D/H 10 får samtliga deltagare medalj vid målgång.
I klasserna D/H 10, D/H 12, D/H 14 och D/H 16 får de 3 bästa lagen priser.
I klasserna D/H 17 får de 3 bästa lagen priser samt presentkort från Letro

I övriga klasser delas inga priser ut.

DUSCH OCH TOALETTER

Dusch för herrar och damer utomhus ca 300 m från arenan.

Toaletter finns på arenan.

MINIKNAT

Gratis miniknat finns i anslutning till arenan, med start mellan 10.30-12.00. Ta gärna med egen SI-pinne! Samma pinne kan användas flera gånger på miniknat och kan även användas i tävlingen.

Barnpassning erbjuds ej.

SERVERING

Servering med bl.a. Wok, hamburgare/vegetariska hamburgare, korb, köttbulls- och äggmackor. Dessutom ett osedvanligt rikligt utbud av hembakat fikabröd.

SPORTFÖRSÄLJNING

Letro Sport finns på arenan och säljer OL-utrustning.

OMPLÅSTRING

Inomhus i nära anslutning till arenan. Defibrillator finns i speakervagnen.

VACCINATION

I samband med Vårtrippeln finns möjlighet till TBE vaccinering, se separat information i Eventor.

KÄLLSORTERING

I samarbete med Broms renhållning så källsorterar vi i särskilda kärl som finns placerade i anslutning till markan och toaletterna, vänligen respektera detta.

HUVUDFUNKTIONÄRER

Tävlingsledare Patrik Johansson 070-219 23 03
patrik.johansson@ssab.com

Banläggare Johan Persson & Johan Hammarström

Sekretariat Kent Börjesson 070-855 82 01
kent.borje@gmail.com

Tävlingskontrollant Oskar Carlborg
Nyköpings OK

JURY Ove Eriksson (ordförande) Nyköpings OK
Kenneth Jönsson Tullinge SK
Per Larsson OK Klemmingen

Välkomna till den Sörmländska terrängen önskar OK Måsen!

*Anmäl er gärna till Vårtrippelns två andra arrangemang:
Nyköpingsnatten och Nyköpingsorienteringen!*