



PM för Nyköpingsorienteringen

VÅRTRIPPELN 2024

Lördag 23 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-koordinater 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: 123 179 17 63

Bussar föränmäls till arne.westerlund61@gmail.com

START

Lottade starttider med första start för samtliga klasser kl. 11.00. Efteranmälda löpare har start före ordinarie starttid i sin klass.

Fri starttid tillämpas för Inskolning och Öppna klasser med start mellan kl. 11.00 och 12:30.

Avstånd från arena till start är ca 1 000 m längs stig och sparsamt trafikerad hårdgjord väg. Väg till start markeras med orange-vit snitsel.

STARTLISTA

Startlista publiceras på Eventor och kommer finnas tillgänglig på arenan samt vid starten.

ÖVERDRAG

Överdragskläder kommer kontinuerligt att transporteras från starten och återfinns på avsedd plats på arenan.

NUMMERLAPPAR

Samtliga löpare i klass D/H21, D/H20 och D/H18 bär nummerlapp. Självservering vid start, säkerhetsnålar finns.

ÖPPNA KLASSER OCH INSKOLNING

På tävlingsdagen finns möjlighet att anmäla sig till öppna klasser. Anmälan i anslutning till Arenan klockan 10.30-11.30. Avgift 180 kr för vuxna och 90 kr för ungdomar (födda 2008 och senare). Tävlingen erbjuder följande öppna klasser:

Inskolning	2 km	Grön
Mycket lätt	2 km	Vit
Mycket lätt	4 km	Vit
Lätt	2,5 km	Gul

Lätt	5 km	Gul
Medelsvår	3 km	Orange
Medelsvår	5 km	Orange

Svår	3 km	Blå
Svår	5 km	Svart
Svår	7 km	Svart

ÅLDERSKLASSER

H80	H75	D80	D75	H21	D21	H16	D16
H70	H65	D70	D65	H21K	D21K	H14	D14
H60	H55	D60	D55	H20	D20	H12	D12
H50	H45	D50	D45	H18	D18	H10	D10
H40	H35	D40	D35				

Klasserna D/H18 och D/H20 ingår i Södermanlands OFs tävling Juniorligan. För mer information, se Södermanlands OFs hemsida.

Ingen direktanmälan till åldersklasser.

BETALNING

Utländska löpare och klublösa deltagare betalar i förväg via Swish eller bankgiro (5974-6149), ange namn och SI-bricka.

BANLÄNGDER

Banlängder framgår av separat dokument i Eventor.

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 klasser är två timmar och 30 minuter.

STÄMPLINGSSYSTEM

SportIdent (ej touch free) används för samtliga klasser. Obligatorisk check sker på särskild plats vid start. 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.

KARTA

D/H18-21 – skala 1:15 000

D/H16, D/H35-40, D/H21K – skala 1:10 000

D/H10-14, D/H45-80, inskolning och samtliga öppna klasser – skala 1:7 500

Ekvidistans 5 m. Ryssbergen nyritad karta av Peter Rasmussen 2023 enligt ISOM 2017:2. Certifierad laserutskrift.

Skogen har i under våren delvis gallrats och vissa släpstigar/drivvägar har tillkommit och flertalet drivningsvägar är redovisade på kartan. Detta gäller främst de längre banorna.

KONTROLLBESKRIVNING

Lös kontrollbeskrivning erhålls i startfällan och är tryckt på kartan.

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

Vatten erbjuds för D/H21 och H35. Kontroll med vätska är markerat med "mugg" på kontrolldefinitionen.

FÖRBJUDNA OMRÅDEN

Ryssbergets skidbacke och viss åkermark är markerad som förbjudet på karta men är inte snitslad i terrängen. Tomtmark är förbjudet att beträda.

RESULTAT

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

PRISUTDELNING

Alla ungdomar i åldersklasser D/H10, D/H12 erhåller pris direkt vid målgång. Placering 1-15 får dessutom pris vid prisutdelning.

Placering 1-15 i åldersklasser D/H14, D/H16 samt placering 1-3 i åldersklasser D/H18, D/H20 och D/H21 får pris vid prisutdelning.

Prisutdelning sker efter anslaget tidsschema, vissa mindre förskjutningar kan förekomma. Priser måste hämtas i anslutning till tävlingen.

Ungdomar upp till och med 12 år i klass inskolning och öppna banor erhåller pris direkt vid målgång.

DUSCH OCH TOALETTER

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

Toaletter finns på arenan samt ett mindre antal vid start.

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. Vi har ingen möjlighet att erbjuda familjelottning men kan i vissa fall erbjuda starttid innan ordinarie start i respektive klass för att underlätta för barnfamiljer med små barn.

SERVERING

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

SPORTFÖRSÄLJNING

Letro Sport kommer att erbjuda ett stort utbud av skor och övrig utrustning.

VACCINATION

I samband med Nyköpingsorienteringen 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, vänligen respektera detta.

OMPLÅSTRING

Omplåstring inomhus i nära anslutning till arenan. Defibrillator finns i speaker-vagnen.

HUVUDFUNKTIONÄRER

Tävlingsledare	Oskar Carlborg <i>oskar.carlborg@outlook.com</i>	070-586 20 09
Banläggare	Ove Ericsson <i>ove.b.ericsson@telia.com</i>	070-547 51 33
Sekretariat	Jonas Lindsten <i>jonas.lindsten@gmail.com</i>	070-311 84 34
Tävlingskontrollant	Patrik Johansson	OK Måsen
Bankkontrollant	Hans Holgersson	OK Måsen
Tävlingsjury	Sten Åhlin	OK Måsen
	Peter Öberg	OK Hällen
	Tredje jurymedlem anges i slutligt PM	

Välkomna till den Sörmländska terrängen önskar Nyköpings OK!

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