



PM DM medeldistans 12 september 2010



Tävlingen ingår i StOF:s ungdomspriser (UP) samt Skogskarlarnas Juniorpriser (JP).

Version 3 2010-09-10

Samling Åvinge Gård. Vägvisning från väg 225 vid Rosenhill tre km sydost om Vårsta, därefter två km grusväg. Sänkt hastighet till 30 km/tim gäller vid färd förbi bostadshuset vid Åvinge Gård

Kollektivtrafik Kollektivtrafik buss 729 eller 783 till Rosenhill, därefter ca 2 km att gå. Se www.sl.se för tidtabeller.

Parkering I anslutning till Arenan, max avstånd 400 m. Avgift 20 kr.

Vindskydd Vindskydd/Klubbtält får endast sättas upp på anvisad plats på norra delen av Arenan.

Banlängder	Mästerskapsklasser						Öppna		Övriga	
	Klass	km	Klass	km	Klass	km	Klass	km	Klass	km
	H10	2.3	H21	5.1	D21	3.8	Insk	2.2 grön	U1	2.2
	H12	2.4	H35	4.4	D35	3.3	Ö1	2.4 vit	U2	2.4
	H14	3.0	H40	3.5	D40	3.2	Ö2	2.9 gul	U3	2.9
	H16	3.7	H45	3.5	D45	2.6	Ö4	3.0 orange	U4	3.0
	H18	3.6	H50	3.3	D50	2.6	Ö5	4.1 röd		
	H20	4.4	H55	3.2	D55	1.9	Ö7	3.0 blå	H21Ö	4.6
	D10	2.3	H60	2.6	D60	1.9	Ö8	4.8 svart	D21Ö	3.6
	D12	2.4	H65	2.5	D65	2.0				
	D14	2.4	H70	2.5	D70	2.0				
	D16	3.3	H75	1.9	D75	2.0				
	D18	3.0	H80	1.9	D80	2.0				
	D20	3.0	H85	1.9						

I Inskolning finns glada och ledsna gubbar längs banan.

Strukna klasser D85, D90, H90 och U4 stryks p g a inga anmälda.

Direktanmälan Anmälan på Arenan 09.30 - 11.30. Start 10:00 - 12.00
Klasser Ö1, Ö2, Ö4, Ö5, Ö7, Ö8 samt Inskolning
Avgift ungdom t.o.m. 16 år 50 kr och övriga 90 kr. Hyra av SI-bricka 25 kr.

Start Första ordinarie start kl 10:00. Efteranmälda i klasser med lottad start startar före första ordinarie start.
Inskolning, U-klasser och Ö1-Ö8 har fri start 10:00-12:00.

Avstånd Arena – Start ca 900 m. Följ orange-vit snitsel.

Inga toaletter vid start.

Trångt vid starten, uppvärmning får ske på grusväg på väg till starten.

OBS. Inga hundar får följa med till start p g a att vägen till start går i närheten av kohagar. Var vänliga och respektera detta av hänsyn till markägarna.

- Stämpling** SportIdent används som stämplingssystem. Glöm inte att tömma brickan på väg till start.
- Observera att kontrollerna i vissa områden sitter mycket tätt vilket kräver extra noggrann kontroll av kodsiffran.
- Om SI-enhet på kontroll inte fungerar ska stiftklämma och reservruta på kartan användas. För några klasser saknas reservrutor – stämpla i kartans vita områden.
- Löpare som utgått/brutit måste passera mål och avläsningsfällan för registrering.
- Hyrbrickor** Hyrbrickor utlämnas vid information/deltagarservice. Borttappad bricka debiteras med 300 kr.
- Nummerlappar** Nummerlappar bärs av HD18, HD20 samt HD21. Självservering vid start.
- Överdragskläder** Kan lämnas vid starten för transport tillbaka till Arenan.
- Karta** Åvinge, nyritad 2009-2010. Ekvidistans 4 m. 1:10.000 för alla klasser, färgutskrift från BL Idrottsservice.
- Definitioner** Inga kontrolldefinitioner på kartan, endast lösa vid start.
- Skuggningskartor** Svartvita skuggningskartor finns för Inskolning samt U1-U4.
- Kontrollpunkt** I klasserna Ö1, U2, HD10 och HD12 förekommer kontrollpunkten "Branten - uppe på".
- Vätska** Vatten finns efter målgång.
- Terrängbeskrivning** Skogsmark med inslag av kulturmark och ett mindre antal stigar och vägar. Varierande kupering med såväl flackare partier som mer småskurna. I huvudsak god framkomlighet med mycket storstammig granskog och en del hällmark. I vissa partier begränsas löpbarheten av ungskog och hyggen.
- Kompletterande info** På kartan redovisad odlad mark (gul botten med svarta prickar) får beträdas såvida den inte är markerad som förbjudet område.
- Otydliga stigar är snitslade med hängande vit snitsel.
- Delar av förbjudna områden är markerade med heldragen blågul snitsel och markerade på kartan med heldragen linje.
- Det förekommer bisamhällen inom tävlingsområdet. Dessa är markerade med heldragen blågul snitsel men inte markerade på kartan.
- Maxtid** 2 timmar.
- Toaletter** Finns på Arenan.
- Dusch** Vardusch utomhus ca 300 m från Arenan.
- Sjukvård** Sjukvårdspersonal finns tillgänglig på Arenan i anslutning till målet.
- Viltobservationer** Löpare som observerar vilt skall rapportera detta till Viltrapporten.

- Barnpassning** Mellan 09:00 och 13:00. Vi vill att barnen är minst två år. Kostnad 20 kr per barn.
- Miniknat** Start 09:00-12:00. Kostnad 20 kr. Stämpningsmetod: SportIdent. Medtag gärna egen SI-bricka. (SI-bricka som används i DM-tävlingen går också bra att använda på miniknattet)
- Försäljning** Valförsedd servering inklusive grillade hamburgare samt sportförsäljning genom Orienteringsspecialisten.
- Priser** DM-plaketter till de tre första i klasserna HD 10-16 samt till segrarna i klasserna HD18-. Ytterligare priser i ungdomsklasserna och i HD18-21 enligt resultattavlan. Prisutdelning för Inskolning och U-klasserna (alla får pris) sker direkt efter målgång i målfällan.
- Tävlingsregler** SOFT:s tävlingsregler gäller i samtliga klasser.
- Information** Via e-post DM2010@tmok.nu, hemsida tmok.nu eller på tel 08 530 362 16, kvällstid (tävlingsledare).
- Efteranmälan** Via Eventor senast onsdagen den 8 september kl 23:59. Avgifter Ungdom t.o.m. 16 år 75 kr och övriga 135 kr. I mästerskapsklasserna tillkommer en extra avgift på 7 kr för DM-plaketterna. Hyra av SI-bricka 25 kr. Avgifterna faktureras i efterhand.
- Huvudfunktionärer** Tävlingsledare: Conny Axelsson, IFK Tumba SOK
Biträdande tävlingsledare: Staffan Törnös, Mälarhöjdens IK
Tävlingskontrollant: Krister Gumaelius, Waxholms OK
Banläggare: Mattias Allared och Harald Nordlund, Mälarhöjdens IK
Bankontrollant: Håkan Sjunnestrand, Solna OK
Pressansvarig: Bo Skoog, Mälarhöjdens IK
- Tävlingsjury** Utses av StOF

**Hjärtligt välkomna
önskar Mälarhöjdens IK och IFK Tumba SOK!**

