

Information och Tävlings-PM för 25manna 11 oktober 2008



Upplysningar

Hemsida: www.25manna.nu
e-post: info@25manna.nu för frågor
På arenan Info-tältet

Samling och Parkering

Söder om Rösjön i Danderyd/Sollentuna, ca 10 km norr om Stockholms centrum.

Bilparkering: Vägvisning vid avfart 180 från E18 Norrtäljevägen vid Danderyds kyrka. Parkering i närheten av avfarten. Bussning (ca 10min) från hållplatser i parkeringsområdet. Första buss avgår 0645 och sista buss från arenan 1805. Buss avgår var tredje minut mellan 0700 och 1000, sedan något glesare. Kom gärna i god tid. Avstånd bussavstigning till arenan 400m.

Bussparkering: Av- och påstigning vid Rösjöbadet, c:a 1000 m från arenan.

Husvagnsparkering: Bokas hos Rösjö Camping, 08 96 21 84, ca 1000 m från arenan.

Kollektivtrafik: Pendeltåg till Sollentuna Station, därefter buss 607 ca 15 min, *alternativt* tunnelbana till Danderyds Sjukhus och buss 607 ca 15 min till **hållplats Kärrdalskolan**. (www.sl.se). Därifrån 600 m snitslad väg till arenan.

Efteranmälan

Efteranmälan mot höjd avgift kan göras senast måndagen den 29 september.

Betalning

Klubbens samtliga avgifter måste vara betalda för att klubbens lag ska få starta.

Betalning av avgifter:

Betalning:	Betalning av samtliga avgifter senast den 30 september 2008. Ange referens vid betalning i följande format: "Klubb, typ av avgift"
Mottagare:	Järfälla OK
Från Sverige:	Bankgiro 227-7283 alternativt plusgirokonto: 37 76 45-7
Från övriga länder:	IBAN-kontonummer: SE 85 5000 0000 0539 2101 7270 SWIFTCOD/BIC: ESSESESS

Lagpåsar

Om klubbens alla avgifter är betalda får varje lag en plastpåse innehållande nummerlappar, programtidningar m.m. Påsarna hämtas klubbvis vid Info-tältet mitt på arenan från kl. 07.00 på tävlingsdagen.

OBS! Inga säkerhetsnålar kommer att delas ut till nummerlapparna.

Hyrbrickor

Hyrbrickor hämtas lagvis vid Info-tältet. Brickorna ska återlämnas lagvis i samband med uthämningen av tävlingskartorna efter omstarten. Borttappad hyrbricka debiteras med 300 SEK alternativt 600 SEK för snabb bricka.

Laguppställning

Laguppställning registreras på www.25manna.nu fram till och med den 7 oktober 23.00. Förändringar därefter görs på lagändringsblankett som finns i lagpåsen och som lämnas till Info-tältet på tävlingsdagen senast 08.45. Under tävlingen kommer namnändringar att göras för de lag som speakern prioriterar. Efter tävlingen kan laguppställningen ändras på hemsidan till och med den 15 oktober. Detta för att kunna skapa en så korrekt resultatlista som möjligt.

Skor och klädsel

Spikskor är förbjudna, men dobbskor med hårdmetalldubb är tillåtna. Heltäckande klädsel gäller enligt SOFT's tävlingsregler. Obligatorisk klädselkontroll sker vid incheckningen. Åtgärda dina eventuella brister, *innan* du går dit.

Nummerlappar

Nummerlappen ska bäras väl synlig på bröstet och får inte vikas in.
OBS! Ta med egna säkerhetsnålar.

Start och målgång

Gemensam start för första sträckan kl. 09.00. Löparna ska vara i startfällan senast 08.50. Målgång för segrande lag är beräknad till 13.42.

Tävlingsmetod

Gemensam start på sträcka 1. Sträcka 1 och 2 löps av en deltagare per lag och sträcka. På sträcka 3 - 7 löper fyra deltagare per sträcka och lag. Sträcka 23 - 25 löper en deltagare per lag och sträcka. Löparen på sträcka 23 får inte starta förrän alla fyra löparna på sträcka 7 har kommit in för växling (se vidare under rubriken "Växling").

Lagsammansättning

I laget får ingå max 9 st. H21-39 och minst 7 st. damer måste ingå. Av damerna måste minst en vara -D14/D45- och minst en vara -D18/D35-. Dessutom måste minst en HD-16 eller yngre finnas med i laget.

Reserver från lämnad laguppställning får fritt väljas under tävlingens gång, förutsatt att gällande krav uppfylls. Sammansatta lag (max. 3 olika föreningar) enligt SOFTs tävlingsregler.

Växling	Sträcka	Svårighet	Öppen för	Banlängd	Ber löptid
09:00	1	Blå	Alla	7,1- 7,2 km	00:34
09:34	2	Blå	Alla	7,0- 7.2 km	00:33
10:07	3	Röd	Damer	4,1- 4,2 km	00:27
10:34	4	Vit	Ej D19-39, Ej H15-54	3,0- 3,2 km	00:18
10:52	5	Blå	Alla	6,0- 6,1 km	00:30
11:22	6	Röd	Ej H17-39	4,7- 4,9 km	00:26
11:48	7	Röd	Alla	5,1- 5,2 km	00:26
12:14	23	Orange	Ej D19-34, Ej H15-49	3,7 km	00:20
12:34	24	Blå	Damer	4,7 km	00:27
13:01	25	Blå	Alla	8,6 km	00:41
	25 omst	Blå	Alla	6,1 km	00:31

I ovanstående banlängder ingår c:a 500 m snitsel. För omstartande lag har sträcka 25 avkortats till 6,1 km.

Sträckorna 1 och 2 är gafflade med varandra och sträckorna 3-7 är gafflade inom respektive sträcka. Sträckorna 23 – 25 är raka, utan gaffling.

Karta

Karta i skala 1:10 000, ekvidistans 4 m och offsettryckt 2008.



På kartan har vi valt att redovisa stigar med ökad löpbarhet med tecknet för stor stig i kombination med den gula färg som markerar extremt lättframkomlig mark. Aktuella stigar kan vara anlagda löpspår, mindre gångvägar och mindre körvägar med mycket gott underlag. OBS! Tecknet ska inte misstas för att enbart gälla elljusspår.

För att undvika nedsatt läsbarhet av karta och banpåtryck har vi valt att **inte trycka kodsiffror intill kontrollringarna**. Kodsiffror står i vanlig ordning att finna i kontrolldefinitionen som är tryckt på framsidan av kartan.

De tryckta kontrolldefinitionerna är enligt OCAD 8.0 standard.

Respektera förbjudna områden. Förbjudna områden markeras på karta med snedställt violett linjeraster. Områdena kan vara såväl omarkerade i skogen som markerade med heldragen blågul snitsel eller hängande snitsel. Gulmarkerade stigar är alltid tillåtna att löpa på även om de passerar i anslutning till ett förbjudet område där banpåtrycket kan upplevas otydligt.

Vissa banor kommer att kunna passera vägar i ett bostadsområde. Det är tillåtet att springa på vägarna i bostadsområdet, men iaktta försiktighet och respektera invånarna. Förbjudna vägar är markerade med violetta kryss på kartan.

Observera att all tomtmark är förbjudet område och det är en överträdelse mot tävlingsreglerna att gena över tomtmark. Har du sett löpare eller själv förirrat dig in på tomtmark ska du anmäla detta till tävlingsledningen för att 25manna ska kunna följa upp gentemot markägare.

Var uppmärksam på att du som löpare själv ansvarar för att du stämplar på ett korrekt sätt vid varje kontroll. Får du ingen bekräftelse genom ljus eller ljudsignal, stämpla då vid en annan enhet vid samma kontroll. Inget manuellt reservstämpelsystem används. Eventuella felaktiga enheter ska rapporteras omedelbart efter målgång till sekretariatet.

Var i synnerhet uppmärksam på att varvning sker på sträcka 1, 2, 23 och 25. Samtliga har en varvningskontroll att stämpla vid.

Terrängbeskrivning

Terrängen är väldigt typisk för norra Stockholms närområden, med välvårdade skogspartier anpassade för friluftsliv. Stignätet är ovanligt tätt och består av såväl anlagda löpspår som naturliga strövstigar, samtliga med mycket god löpbarhet. Mellan stigarna finns de karaktäristiska höjdpartierna med relativt branta kanter och gott om detaljer i brunbilden, bevuxna med gles tall och granskog. Emellanåt – men inte alltför ofta – öppen hållmark. Riktigt svårforcerad skog samt vildvuxen bruksskog existerar knappast alls.

Elektroniskt stämplingssystem – Sportident

De föranmälda SportIdentbrickorna är knutna till laget och kan användas till vilken sträcka som helst inom laget.

OBS! Varje bricka kan bara användas en gång under tävlingsdagen.

Vid ingång till start-/växlingsfällan töms brickan genom stämpling i särskild tömningsenhet. För att kontrollera att tömning skett görs ”check” i särskild checkningsenhet. Varje kontroll har minst två stämplingsenheter.

Stämplingsbekräftelse

Vid stämpling med SI-pinne är det löparens ansvar att försäkra sig om att ljus- och/eller ljudsignal erhålls från kontrollenheten som bekräftelse på att stämpling gjorts.

Stämplingen är korrekt utförd när kontrollenheten indikerar med blinkande röd ljussignal och ett pip. Det är löparens ansvar att kontrollera att stämplingen har registrerats. Om någon enhet inte fungerar ska löparen stämpla i annan enhet vid kontrollen. Saknad stämpling innebär diskvalifikation, även om det finns vittnen på att löparen varit vid kontrollen.

Ta det lugnt och var noggrann vid varje kontroll. Erfarenheten visar att det är lätt att uppfatta en annan löpares stämpling som sin egen med utebliven stämpel och diskvalificering som resultat.

Startstämpling

Vid startpunkten ska alla löpare startstämpla, utom första sträckans löpare och de löpare som deltar i omstarten. Startpunktens stämplingsenheter har ingen kodsiffra.

Växling

På upploppet efter löparbron springer löparen i den fälla som överensstämmer med sträcknummer och nummerlappens reklam. I höjd med mållinjen ska växlingsstämpling göras för alla sträckor utom 25:e. Efter stämpling lämnas kartan i en sopsäck. Vid kartplanket växlar löparen genom att ge nästa lagmedlem den översta kartan märkt med lagets nummer och sträcka.

Andra sträckans löpare ska ta fyra kartor och fritt fördela dessa till tredje sträckans löpare. För att minska trängseln är det tillåtet för tredje sträckans löpare att fördela kartorna inom laget före startpunkten.

Se upp för kartvarvning! Detta riskeras när t ex. första löpare i laget från sträcka fyra kommer in för växling innan den sista löparen på sträcka tre har växlat. Löparen på sträcka fyra ska då växla med första kartan på sträcka fem, alltså inte den översta kartan som sitter uppsatt på kartplanket.

När **sträcka sju** kommer in för att växla tar de tre först inkomna löparna som vanligt den översta kartan och lämnar den till löparen på sträcka 23. Dessa kartor är dock ”blindkartor” i olika färger. Löparen på sträcka 23 får slutligen den riktiga kartan av lagets sist växlande på sträcka 7. 23:e sträckans löpare lämnar de tre blindkartorna till funktionär på väg till startpunkten.

Växeln stänger kl. 15.15.

Viktigt

- **Glöm inte att tömma och checka SportIdentbrickan vid ingång till start och växlingsfällan. Kom i god tid!**
- **Göm inte att start-, växlings- och målstämpla.**
- **Ta rätt karta och se upp för kartvarvning.**

Endast tävlande och ledare med synligt lagledarkort får vistas i växlingsfällan.

Målgång sträcka 25

För att underlätta en spurtstrid för de 25 första lagen sker målstämpling efter mållinjen. Passering av mållinjen avgör lagens placering och löparna ska sedan målstämpla i samma ordning som de passerade mållinjen. Vid tvist avgör måldomare. Lag med högre placering än 25 målstämplar på mållinjen.

Avläsning

Görs snarast möjligt efter växling eller målgång. Det är viktigt för att få aktuella resultatlistor på resultattavlan!

Felstämpling/Röd utgång/Diskvalificering

Om inte avläsningen godkänns hänvisas löparen till ”Röd utgång” för att få besked om orsaken. Om löparen har felstämplat, brutit mot gällande tävlingsregler eller innehållit i detta PM diskvalificeras laget. Ett informationsblad om att laget diskvalificerats, och anledningen till detta, lämnas till den drabbade löparen.

Om laget vill protestera ska lagledaren med lagledarkort lämna skriftlig protest till klagomuren inom 30 minuter.

Lag som har felstämplat får fullfölja tävlingen förutsatt att laget är minst 30 minuter efter ledande lag. Laget kommer annars att kvarhållas vid växling tills 30 minuter har gått. Kvarhållandet verkställs när protesttiden gått ut och ev. protest inte godkänts.

Fel karta

Lag som tar ett annat lags karta diskvalificeras. Lag som drabbas får en ny karta av funktionär, men får ingen tidskompensation. Kontrollera alltid att kartans lagnummer och sträcka är rätt! Det är löparnas ansvar att växla med rätt karta.

Förbjudna områden

Tomtmarken och skogsområdet omedelbart norr om målet är privat mark och får inte beträdas. Området är avgränsat med heldragen blå-gul snitsel. Respektera avspärningen, det gäller både löpare och publik.

I tävlingsterrängen är förbjudna områden uppmärkta med heldragen blågul snitsel om de berörs av bansträckningar.

Kontrollanter finns i terrängen. Beträdelse av förbjudna områden innebär ovillkorligen diskvalificering.

Omstart

Växeln stänger kl. 15.15. För de löpare som då inte har hunnit starta ordnas **gemensam omstart kl. 15.30.** I omstarten får även löpare från lag som brutit eller diskvalificerats delta. På grund av risk för trängsel ombeds löparna att tömma och checka sina SportIdentbrickor i god tid innan omstarten. Följ startfunktionärernas instruktioner.

Löpare som omstartar på sträcka 25 kommer att starta från en speciell plats längs med startsnitseln. Övriga omstartande sträckor startar från kartplanket.

Målet stängs

Alla tävlande ska vara i mål senast kl. 17.30 då målet stängs.

Tävlingsregler

Svenska Orienteringsförbundets tävlingsregler gäller.

Dusch och toaletter

Varmdusch utomhus finns på arenans nordvästra del. I duschen tillhandahåller arrangörerna duschtvål som är biologiskt nedbytbar. Annan tvål får inte användas. Toaletter finns på arenans västra del, i närheten av löparbron, samt i växlings- och duschområdet.

Sjukvård

Sjukvård med läkare och sjukgymnast finns strax bakom målet.

Viltobservationer

Löpare som observerar vilt ska rapportera detta till Viltrapporten vid sekretariatet efter avläsning.

Publikkontroller

Varvningskontroll finns på sträckorna 1, 2, 23 och 25 omedelbart bakom (öster) om målet.

Resultatservice

Under tävlingen anslås preliminära resultat. Slutliga resultat kommer att finnas på hemsidan www.25manna.nu. Korrekt laguppställning är beroende på den egna klubbens inmatning (se Laguppställning ovan).

Kartutlämning/Återlämning av hyrbrickor vid Info-tältet

Efter omstarten lämnas en ny omgång kartor ut per lag mot kartkvittot som finns i lagpåsen. Återlämning av hyrbrickor (påsar med 25 SI-brickor) ska ske lagvis mot kvittens av funktionär vid kartutlämningen. Glöm inte omstartslöparna!

Prisceremoni

Prisceremonin startar kl. 15.35.

- Vandringspris till segrande lag.
- Lag 1 – 3 Lagplakett, hederspris och 25mannaplakett till samtliga deltagare
- Lag 4 – 10 Lagplakett och 25mannaplakett till samtliga deltagare
- Lag 11-25 Lagplakett
- Bästa 2:a lag Lagplakett
- Bästa 3:e lag Lagplakett

Lagledarkort

Ett lagledarkort per lag delas ut i lagpåsen. Kortet ska visas upp av lagledaren vid besök i klagomuren och vid ingång till växlingsfällan.

Vindskydd/Klubbtält

Vindskydd/klubbtält får endast sättas upp på anvisad och i förväg bokad plats. Karta med klubbens platser finns vid Info-tältet och i lagpåsen. Ta med verktyg att slå ned pinnar med!

Öppna banor

Direktanmälan till Öppna banor sker vid arenans norra del mellan kl. 08.30 och 13.00. Start sker mellan 09.00 och 13.30. Avgiften är 50 SEK upp till och med 16 år och 80 SEK för övriga. Hyra av SportIdentbricka kostar 25 SEK.

Banor

Öppen 1	Vit-Lätt	1 770 m
Öppen 4	Orange-Medelsvår	2 980 m
Öppen 5	Röd-Medelsvår	4 410 m
Öppen 7	Blå-Svår	3 010 m
Öppen 8	Blå-Svår	4 920 m

Miniknat

Miniknat finns i arenans nordvästra del. Start mellan 09.00 – 13.00. Avgift 10 SEK.

Arenaservice och miljö

Välsorterad servering med grill. Sportförsäljning sker i INTERSPORTS regi.

Eftersom tävlingen är miljöcertifierad av Håll Sverige Rent är det viktigt att du källsorterar dina sopor som tas om hand av SITA. Behållare finns för komposterbart, brännbart samt för returburkar.

Tävlingsjury

Sören Jonsson, Nydalen (Norge)

Magnus Södervall, Västergötland

Ulla Lindell, Södermanland.

Huvudfunktionärer

Tävlingsledare biträdande	Hans Edvall, Järfälla OK Per-Åke Carlenstam och Wincent Karlsson, Väsby OK
Banläggare	Anders Enström och Kristofer Thorslund, Väsby OK
Arena/service	Maria Cole, Väsby OK
Administration	Göran Stråt, Järfälla OK
Press/VIP	Sven-Inge Nylund, Järfälla OK
Tävlingskontrollant	Bengt Johansson, StOF
Bankkontrollant	Lars Roos, Turebergs IF

Till sist

önskar Järfälla OK , Väsby OK och Enebybergs IF alla hjärtligt välkomna till 25mannan 2008. Vi hoppas ni får en fin och minnesvärd dag i 25mannaskogen. Lycka till!