

PM 25manna

Samling och Parkering

- Samling: Löts avfallsanläggning, Vallentuna.
Vägvisning från E18 vid **Trafikplats Söderhall** (avfart 189) mellan Stockholm och Norrtälje ca 40 km norr om Stockholm.
- Bilparkering: På flera olika platser. Vägvisning från trafikplats Söderhall (avfart 189) Gångavstånd till TC 400 - 1700 m.
Samåkning bör ske i största möjliga omfattning för att slippa utnyttja de längst bort liggande parkeringarna
- Bussparkering: På flera platser. Vägvisning till av- och påstigning från Trafikplats Söderhall (avfart 189) Gångavstånd till TC max. 900 m.
Många bussar måste parkera ca 3 km från av-/påstigningsplatsen. **Ingen buss får kallas fram innan alla i laget är klara att stiga på bussen.**
- Kollektivtrafik: Buss 639 eller buss 676 från Danderyds sjukhus till hållplats Söderhall. Se www.sl.se för turlista. Därifrån 2,5 km gångväg till TC.

Radiosändning på tävlingsplatsen

Radio 25manna sänder under hela tävlingen på FM. Frekvensen kommer att anges på hemsidan och via speakern.

Vindskydd/Klubbtält

Vindskydd/klubbtält får endast sättas upp på anvisad och i förväg bokad plats. Karta med tilldelade platser finns vid Info-tältet och i lagpåsen, samt vid de olika tältområdena.

Lagpåsar

Lagpåsar hämtas i infotältet från kl. 07.00 på tävlingsdagen.

Lagledarkort

Ett lagledarkort per lag delas ut i lagpåsen. Kortet ska visas upp av lagledaren vid besök i klagomuren och vid ingång till växlingsfållan. Lagledarkortet används även för att få ut kartorna.

Laguppställning

Laguppställningen kan ändras på www.25manna.nu fram till kl. 21.00 den 8 oktober. Förändringar därefter görs på den lagändringsblankett som finns i lagpåsen. Blanketten lämnas i infotältet senast kl. 08.30 på tävlingsdagen. Efter tävlingen kan laguppställningen ändras på hemsidan till och med den 15 oktober. Detta för att kunna skapa en så korrekt resultatlista som möjligt.

Hyrbrickor

Lag som har beställt hyrbrickor får dessa i lagpåsen. Brickorna ska återlämnas lagvis i samband med uthämtning av tävlingskartorna efter omstarten. Borttappad hyrbricka debiteras med 350 SEK alternativt 600 SEK för snabb bricka. För övriga frågor om hyrbrickor hänvisas till sekretariatet (Röd utgång).

Nummerlappar

Nummerlappen ska bäras väl synlig på bröstet och får inte vikas in. Med tanke på miljö kommer vi inte att dela ut säkerhetsnålar i lagkuverten. **Ta med egna säkerhetsnålar.**

Skor och klädsel

Spikskor är förbjudna, men dobskor med hårdmetalldubb är tillåtna. Heltäckande klädsel gäller enligt SOFT´s tävlingsregler.

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.

Sträckinformation

Sträcka	Start	Beräknad tid	Växel/Mål	Banlängd	Svårighet	Öppen för
1	09,00	36 min	09,36	6,2-6,4	Blå	Alla
2	09,36	36 min	10,12	6,2-6,4	Blå	Alla
3	10,12	25 min	10,37	3,4-3,5	Röd	Damer
4	10,37	16 min	10,53	2,3-2,4	Vit	Ej D19-39, H15-54
5	10,53	36 min	11,29	5,5-5,7	Blå	Alla
6	11,29	25 min	11,54	3,7-3,8	Röd	Ej H17-39
7	11,54	25 min	12,19	3,9-4,0	Röd	Alla
23	12,19	21 min	12,40	2,9	Orange	Ej D19-34, H15-49
24	12,40	35 min	13,13	4,6	Blå	Damer
25	13,13	43 min	13,56	8,0	Blå	Alla

Omstart sträcka 25 är 6,8 km med blå svårighet.

Till ovanstående banlängder tillkommer 400 meter snitsel.

Sträckorna 1 och 2 är gafflade med varandra och sträckorna 3-7 är gafflade inom respektive sträcka. Sträckorna 23-25 är inte gafflade.

Start och målgång

Gemensam start för första sträckan kl. 09.00. Startfällan öppnar 8.30. Insläpp till kartorna kl 08.56. Målgång för segrande lag är beräknad till 13.56.

Karta

Karta i skala 1:10 000, ekvidistans 4 meter. Kartan är reviderad och offsettryckt 2010.

Då vi i ett sent skede upptäckt att en kontroll på sträcka 5 kommit väl nära kartkanten där det saknas naturligt uppfångande föremål, har vi beslutat att snitsla kartkanten i det berörda området (ca 400m) i terrängen med blå-gul snitsel. OBS! Detta är inte redovisat på tävlingskartan utan endast på de kartkompletteringskartor som finns uppsatta i växlingsfällan.

Kontrollbeskrivning

Kontrollbeskrivning är tryckt på alla tävlingskartor.

Förbjudna områden

Förbjudna områden på kartan är markerade med heldragen blågul snitsel i terrängen.

Publikkontroller

Passering av en publikkontroll intill målet kommer att ske på str. 25.

Terrängbeskrivning

Terrängtyp: Alla banor går i skogsmark med väldigt få stigar och vägar. Kulturmark förekommer inledningsvis på sträcka 4. De kortare banorna berörs av ett antal nyanlagda stigar som är markerade med vita snitslar i skogen. Dessa stigar är markerade som vanliga stigar på kartan.

Kupering: Svag till måttlig kupering. Hällmarkspartier med detaljerad kurvbild förekommer i stor omfattning.

Framkomlighet: God framkomlighet. Vegetationen består till största delen av barrskog av varierande ålder. Hyggen och tät skog förekommer i mindre omfattning. Dessa områden är markerade på kartan. Dessutom finns några mindre områden med gallrad skog där ris ligger kvar på marken.

Elektroniskt stämplingssystem – Sportident

De föranmälda Sportident-brickorna är knutna till laget och kan användas till vilken sträcka som helst inom laget.

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

OBS! Löparbricka SI-Card 9 går ej att använda.

Vid ingång till start-/växlingsfällan töms brickan genom stämpling i särskild tömningsenhet. För att kontrollera att tömning skett görs "check" i särskild checkningsenhet.

Startstämpling

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

Kontrollstämpling och start/växel/mål-stämpling

Vid stämpling med Sportident-bricka 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.

Erfarenheten visar också är att det sker fler missade stämplingar vid varvning, sistakontroll och växlingsstämpling på grund av extra stress samt av att speakerljudet kan göra det svårt att höra ljudsignalen från Sportident-enheten. Var extra noga vid dessa kontroller.

Varje kontroll har minst två stämplingsenheter.

Växling

På upploppet 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 längs med snitseln till 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. 15.45.

Utgående löpare

En fälla för utgående löpare kommer att finnas längs med kartplanket och ut mot startpunkten. Vänligen lämna denna fälla fri för utgående löpare. Fällan är markerad med plastband på marken.

Viktigt

- **Kom ihåg att tömma och checka Sportident-brickan vid ingång till start och växlingsfällan. Kom i god tid!**
- **Kom ihåg att start-, växlings- och målstämpla.**
- **Kontrollera ljud- och ljuskvittens vid stämpling.**
- **Ta rätt karta och se upp för kartvarvning.**

Målgång sträcka 25

För att underlätta en spurtstrid för de 50 första lagen sker målstämpling för dessa lag efter mållinjen. Passering av mållinjen avgör lagets placering och löparna ska sedan målstämpla i samma ordning som de passerade mållinjen. Vid tvist avgör måldomare.

Avläsning

Görs snarast möjligt efter växling eller målgång. Det är viktigt för att få aktuella resultatlistor på resultatavlan! Det är löparens ansvar att brickan blir avläst.

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. **OBS! Missad start, växlings- och målstämpling är likställt med felstämpling.**

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.

Omstart

Växeln stänger kl. 15.45. För de löpare som då inte har hunnit starta ordnas **gemensam omstart kl. 16.00.** 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 Sportident-brickor i god tid innan omstarten. Följ startfunktionärernas instruktioner. Omstart för löpare på sträcka 25 sker på samma plats som tävlingens ordinarie start. Övriga omstartande sträckor startar vid kartplanket.

Målet stängs

Alla tävlande ska vara i mål senast kl. 18.00 då målet stängs.

Dusch och toaletter

Varmdusch utomhus finns öster om TC. Tänk på miljön och stäng av duschen för att spara på vattnet. Toaletter finns på arenans nordöstra del, samt ett fåtal i växlingsområdet.

Sjukvård

Sjukvård finns i anslutning till målet.

Viltobservationer

Viltobservationer lämnas till personal vid "Viltrapporter" som ligger i anslutning till utstämplingen.

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

Kartutlämning sker efter omstarten. Löpare på sträcka 25 samt alla som går i mål efter omstarten kl. 16.00 får behålla kartan efter målgång. Av miljöhänsyn kommer vi returnera tävlingskartorna till lagen. Kartutlämning sker mot återlämning av lagledarkortet. Återlämning av hyrbrickor sker mot kvittens av funktionär vid kartutlämningen. Glöm inte omstartslöparnas hyrbrickor.

Prisceremoni

Prisceremonin startar kl. 16.05.

- 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

Öppna banor

Direktanmälan till Öppna banor sker vid direktanmälanstältet ca 500 m norr om målet. Försäljning sker mellan 08:30 och 12:30 och start sker mellan 09.00 och 13.00. Avgiften är 50 SEK upp till och med 16 år och 90 SEK för övriga. Hyra av Sportident-bricka kostar 25 SEK. Mer information fås vid försäljningstältet.

Bana	Svårighet	Banlängd
Öppen 1	Vit / lätt	2 210 meter
Öppen 4	Orange / medelsvår	3 080 meter
Öppen 5	Röd / medelsvår	3 460 meter

Öppen 7	Blå / svår	3 570 meter
Öppen 8	Blå / svår	4 570 meter

Miniknat

Miniknat finns norr om målet. 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. Behållare finns för icke brännbart, brännbart samt för returburkar.

Tävlingsregler

Svenska Orienteringsförbundets tävlingsregler gäller.

Upplysningar

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

Tävlingsjury

Anslås tävlingsdagen.

Huvudfunktionärer

Tävlingsledning	Patrik Ahlgren, Täby OK Peter Brunnberg, Vallentuna-Össeby OL
Banläggare	Björn Thorén, Täby OK
Arena/service	Peter Brunnberg, Vallentuna-Össeby OL
Press/VIP	Göran Hansson, Täby OK
Tävlingskontrollant	Bengt Johansson, StOF
Bankkontrollant	Lars Håkan Sandvik Täby OK

Till sist önskar Täby OK och Vallentuna-Össeby OL alla hjärtligt välkomna till 25manna 2010. Vi hoppas ni får en fin och minnesvärd dag i 25mannaskogen. Lycka till!