



PM

25manna 2011

Lördagen den 8 oktober i Almnäs, Södertälje

Upplysningar:

Informationstältet på arenan.

Hemsida: www.25manna.nu

E-post: info@25manna.nu

Tävlingsarena:

Almnäs (f.d. Ing1), Södertälje kommun. GPS: N 59° 10.04', E 17° 32.08', 45 km söder om Stockholm. Vägvisning från E20, avfart 140 vid trafikplats Nykvarn, därifrån ca 5 km till arenan.

Bilparkering:

Sker på två platser och där på anvisad plats, 800-1200 m till arenan. Samåkning bör ske i största möjliga omfattning för att slippa de längst bort liggande parkeringsplatserna.

Bussparkering:

Bussar delas upp i följande två kategorier:

- Bussar som stannar och parkerar på tävlingsplatsen under dagen. Dessa bussar ska ha en tydlig skylt i vindrutan med texten **Stannar**. Parkeringsplatsen för dessa bussar ligger 400 m från arenan.
- Bussar som släpper av passagerarna och lämnar tävlingsplatsen under dagen, anvisas till särskilda avsläppningsplatser. Avsläppningsplatsen ligger 400 m från arenan.

Kollektivtrafik:

Ta pendeltåg från Stockholms central till Södertälje och kliv av vid Östertälje station, se tidtabell <http://sl.se/ficktid/vinter/v37.pdf>. Från Östertälje station med buss 780 mot Nykvarn (Sandtorp), se tidtabell <http://sl.se/ficktid/vinter/v780.pdf>. Kliv av vid Almnäs vägskäl, därifrån 3 km gångväg till tävlingsarena.

Efteranmälan:

Efteranmälan till 25manna kan göras till och med **lördagen den 1 oktober** till förhöjd avgift. Uthyrning av brickor sker endast lagvis av SI-pinnar typ 5 och 6. Eftersom det endast finns ett begränsat antal SI-pinnar av typ 6 till uthyrning, så är det först till kvarn som gäller. Se vidare under rubriken Anmälningsavgifter.

Har din klubb svårt att få fullt lag? Efteranmäl ett kombinerat lag med en annan klubb och upplev stämningen på 25manna! Kombinerat lag enligt SOFT's regler är välkomna.

Logi:

Logi kan bokas till och med **lördagen den 1 oktober** till förhöjd avgift. Se vidare under rubriken Anmälningsavgifter.

Vi erbjuder logi på hårt underlag samt frukost i Rosenborgsskolan och Igelstavikens gymnasiet. Bokning sker i samband med anmälan, se logi-PM under www.25manna.nu. Upplysningar och frågor om logi besvaras via logi@25manna.nu.

Vi har också ett avtal med Park hotell (f.d. Stadshotellet) som innebär starkt reducerat pris för dem som deltar i 25-mannatävlingen, se logi-PM om hotell. Bokning sker direkt hos hotellet på tel. 08 55026504/05 där **25manna** ska uppges.

Anmälningsavgifter:

| | | |
|-----------------------------------|-----------------------------|--|
| Ordinarie anmälningsavgift | 3100 SEK/lag | P-avgift 350 SEK ingår (bil/buss) |
| Anmälningsavgift efter 1 sep 2011 | 4100 SEK/lag | P-avgift 350 SEK ingår (bil/buss) |
| Vindskyddsavgift | 250 SEK/plats | Yta 6x4 m |
| Hyra av SI-pinnar | 750 SEK/lag 1200 SEK/lag | Laguppsättning av SI-pinnar typ 5. Laguppsättning av SI-pinnar typ 6. |
| Logi på hårt underlag | 80 SEK/natt 110 SEK/natt | För bokningar t.o.m, 1 september För bokningar efter 1 september. |
| Frukost | 60 SEK/frukost | Bokas i samband med anmälan |

Betalning av avgifter:

| | |
|--------------------|---|
| Betalning | Betalning av samtliga avgifter skall finnas på nedanstående konto senast måndagen den 3 oktober . Ange referens vid betalning i följande format: Klubb, typ av avgift |
| Från Sverige | Plusgiro: 55 51 22-1 (OK Södertörn) |
| Från övriga länder | IBAN: SE52 9500 0099 6034 0555 1221 SWIFT/BIC: NDEASESS Betalningsmottagare: OK Södertörn |

Betalning:

Klubbens samtliga avgifter måste vara betalda och återfinnas på ovanstående konto senast **måndagen den 3 oktober**, för att klubbens lag skall få starta.

Obs: Ingen kontant betalning på tävlingsdagen.

Radiosändning på tävlingsarenan:

Radio **25manna** sänder speakerljudet under hela tävlingen på FM 107,9 MHz. Dessutom kommer speakerljudet att streamas ut på internet, se www.25manna.nu.

(Ta gärna med radio eftersom speakerljudet inte kommer att höras vid vindskydden.)

Vindskydd/Klubbtält:

Vindskydd/klubbtält får endast sättas upp på anvisad och i förväg bokad plats. Karta med tilldelade platser finns i lagpåsen, vid informationstältet, vid de olika tältområdena samt på hemsidan www.25manna.nu.

Obs: Kom ihåg att det råder totalt eldningsförbud på hela tävlingsarenan samt att alla tillfartsvägar måste hållas fria för utryckningsfordon.

Lagpåsar:

Lagpåsar med nummerlappar, program, etc, hämtas ut klubbvis i informationstältet från och med kl. 07:30 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 växlingsfällan. Lagledarkortet används även för att få ut tävlingskartorna.

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 400 SEK för SI-card 5 samt med 650 SEK för SI-card 6. För övriga frågor om hyrbrickor hänvisas till sekretariatet (**Röd utgång**).

Registrering av egna SI-brickor:

De lag som använder egna SI-brickor skall senast **kl. 18:00 fredagen den 7 oktober** på www.25manna.nu anmälningssida, ha registrerat samtliga 25 bricknummer som laget skall använda på tävlingsdagen. Förändringar därefter görs på lagändringsblanketten som finns i lagpåsen. Blanketten lämnas i informationstältet senast kl. 08:30 på tävlingsdagen.

Om registrering av egna brickor uteblir riskerar laget att diskvalificeras på tävlingsdagen.

Obs: Detta gäller ej hyrbrickor då dessa redan är registrerade på respektive lag.

Laguppställning:

Laguppställningen kan ändras på www.25manna.nu fram till **kl. 18:00 fredag den 7 oktober**. Förändringar därefter görs på den lagändringsblankett som finns i lagpåsen. Blanketten lämnas i informationstältet senast kl. 08:30 på tävlingsdagen. Efter tävlingen kan laguppställningen ändras på hemsidan till och med tisdagen den 11 oktober. Detta för att kunna skapa en så korrekt resultatlista som möjligt.

Skor och klädsel:

Spikskor är förbjudna, men dubbskor med hårdmetalldubb är tillåtna. Klädsel ska vara heltäckande enligt SOFT:s tävlingsregler. Kontroll av heltäckande klädsel kommer att ske vid ingång till växlingsfällan i samband med tömning och checkning av SI-pinne.

Nummerlappar:

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

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 stycken H21-39 samt minst 7 stycken damer skall 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 inlämnad laguppställning får fritt väljas under tävlingens gång, förutsatt att gällande krav uppfylls.

Start och målgång:

Gemensam start för första sträckan kl. 09:00. Startfällan öppnar kl. 08:30. Insläpp till kartorna sker kl. 08:56. Målgång för segrande lag beräknas till kl. 14:17.

Sträckinformation:

| Sträcka | Start | Beräknad tid | Växel/Mål | Banlängd | Svårighet | Rätt att delta: |
|---------|-------|--------------|-----------|------------|-----------|-------------------|
| 1 | 09:00 | 35 min | 09:35 | 7,1 km | Blå | Alla |
| 2 | 09:35 | 35 min | 10:10 | 7,1 km | Blå | Alla |
| 3 | 10:10 | 32 min | 10:42 | 4,3-4,4 km | Röd | Damer |
| 4 | 10:42 | 16 min | 10:58 | 2,6 km | Vit | Ej D19-39, H15-54 |
| 5 | 10:58 | 36 min | 11:34 | 6,3 km | Blå | Alla |
| 6 | 11:34 | 27 min | 12:01 | 4,6-4,7 km | Röd | Ej H17-39 |
| 7 | 12:01 | 31 min | 12:32 | 5,4-5,5 km | Röd | Alla |
| 23 | 12:32 | 23 min | 12:55 | 3,9 km | Orange | Ej D19-34, H15-49 |
| 24 | 12:55 | 45 min | 13:40 | 8,6 km | Blå | Alla |
| 25 | 13:40 | 37 min | 14:17 | 6,1 km | Blå | Damer |

Beräknad växlingstid för sträcka 3-7 avser tid när alla 4 löpare har avslutat sträckan. Vid omstart är sträcka 24 förkortad till 6,3 km med blå svårighet. I ovanstående banlängder är 550 meter snitsel till startpunkt samt upplopp inkluderat.

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

Karta:

Karta i skala 1:10 000 med ekvidistans 5 meter. Kartan är reviderad 2011.

Kontrollbeskrivning:

Kontrollbeskrivningen är tryckt på alla tävlingskartor. Även kodsiffrorna är tryckta på kartan vid respektive kontrollpunkt.

Förbjudna områden:

Förbjudna områden på kartan är markerade med heldragen blå/gul snitsel i terrängen. En järnväg som trafikeras av höghastighetståg är absolut förbjudet område och får endast passeras på markerade undergångar. De flesta banorna passerar strax före mål förbi en hög brant. Denna brant är markerad i terrängen med en blå/gul snitsel uppe på kanten för att uppmärksamma löparna om försiktighet.

Trafikerad väg och järnväg:

En trafikerad väg passeras två gånger på sträcka 7 och i samband med passage under järnvägen för sträckorna 5 och 7, då löparna springer utmed denna väg.

Obs: Iakttag stor försiktighet i samband med passage av vägen. Flaggvakter kommer att finnas utplacerade, följ deras instruktioner. Det är absolut förbjudet att korsa järnvägen eller att springa utmed banvallen.

Publikkontroller:

Passering av en publikkontroll intill målet kommer att ske på sträckorna 1, 2, 24 och 25.

Terrängbeskrivning:

Svag till måttlig kupering med mestadels god framkomlighet. En del både nya och äldre hyggen förekommer. Områden med tät skog förekommer och är markerade på kartan. Normal till riklig detaljriktighet. De flesta banor går i skogsmark med ett ganska stort stig- och vägnät samt inslag av kulturmark, medan de längre banorna går delvis i ett relativt stignfattigt område. Inslag av sankmarker förekommer i liten omfattning. Tävlingsområdet delas av en järnväg, som berör två av sträckorna.

Elektroniskt stämplingssystem – Sportident:

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

Obs: Varje bricka får endast användas en gång under tävlingsdagen.

Vid ingång till start- och växlingsfällan töms brickan genom stämpling i en särskild markerad tömningsenhet. För att kontrollera att tömning skett görs en kontroll i en särskild markerad checkningsenhet.

Startstämpling:

Startstämpling sker på väg till startpunkten, utom första sträckans löpare samt de löpare som deltar i omstarten. **Obs: Startpunktens stämplingsenheter har ingen kodsiffra.**

Kontrollstämpling och start-/växel-/målstämpling:

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.

Om någon enhet inte fungerar ska löparen stämpla i annan enhet vid kontrollen. Varje kontroll har minst två stämplingsenheter. Saknad stämpling innebär diskvalifikation, även om det finns vittnen på att löparen har varit vid kontrollen.

Viktigt:

- **Kontrollerna sitter mycket tätt i tävlingsområdet, så kontrollera kodsiffrorna extra noga.**
- **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.**

Växling:

På upploppet springer löparen i den fälla som överensstämmer med sträckans nummer och nummerlappens reklam. I höjd med mållinjen ska växlingsstämpling göras för alla sträckor utom sträcka 25. 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.

Utgående löpare:

En fälla för utgående löpare kommer att finnas längs med kartplanket och ut mot startpunkten. Var vänlig och lämna denna fälla fri för utgående löpare.

Viktigt:

- **Kom ihåg att tömma och checka Sportident-brickan vid ingång till start och växlingsfällan. Kom i god tid!**
- **Kom ihåg att start-, växlings-/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 lagens 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 innehålllet i detta PM, diskvalificeras laget.

Obs: Missad start, växlings- /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 eventuell 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. 15:30. För de löpare som då inte har hunnit starta ordnas **gemensam omstart kl. 15:45 vid kartplanket**. 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. Sträcka 24 är avkortad för omstartande lag och denna sträckas karta läggs framför kartplanket.

Målet stängs:

Alla tävlande ska vara i mål senast kl. 18:00 då målet stängs.

Duschar:

Varmdusch utomhus finns norr om arenan. Av miljöhänsyn kommer arrangörerna att tillhandahålla biologiskt nedbrytbar duschtvål.

Toaletter:

Toaletter finns på arenans norra del, samt ett begränsat antal inne i växlingsområdet.

Sjukvård:

Ett sjukvårdstält kommer att finnas i direkt 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 vidare under rubriken Laguppställning. Banorna kommer dessutom att publiceras på www.mapandcoach.se där löparna kan lägga in sina egna vägval.

Kartutlämning och återlämning av hyrbrickor:

Kartutlämning sker efter omstarten vid sekretariatet. Löpare på sträcka 25 samt alla som går i mål efter omstarten 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.

Obs: Glöm inte omstartade löpares hyrbrickor.

Prisceremoni:

Prisceremonin startar kl. 15:00.

- 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, hämtas vi informationstältet.
- Bästa 2:a lag, Lagplakett, hämtas vid informationstältet.
- Bästa 3:e lag, Lagplakett, hämtas vid informationstältet.

Öppna banor:

Föranmälan till motionsbanorna kan göras på Eventor fram till och med **söndagen den 2 oktober**. Därefter kan anmälan till motionsbanorna ske vid direktanmälanstältet i den norra delen av arenan. Anmälan kan ske kl. 08:30-12:30 och start kl. 09:00-13:00.

Avstånd till start för direktanmälan, dvs **Start 2**, är 550 m. Målet är utbrutet och avståndet till avläsning vid direktanmälanstältet är 250 m.

Avgiften är 60 SEK upp till och med 16 år och 100 SEK för övriga. Hyra av SI-pinne kostar 30 SEK. Ytterligare information kan fås vid direktanmälanstältet.

| Bana: | Svårighet: | Banlängd: |
|----------------|--------------------|------------------|
| Öppen motion 1 | Vit / lätt | 2,1 km |
| Öppen motion 4 | Orange / medelsvår | 3,5 km |
| Öppen motion 5 | Röd / medelsvår | 3,8 km |
| Öppen motion 7 | Blå / svår | 3,0 km |
| Öppen motion 8 | Blå / svår | 4,9 km |

Miniknat:

Ett miniknat kommer att finnas på den västra delen av arenan, start mellan kl. 09:30-14:00. Medalj till de 500 första deltagarna samt dricka och russinpaket. Avgift 30 SEK.

Arenaservice:

Välserverad servering med grill. Sportförsäljning sker i INTERSPORTS regi. Tävligen värnar om miljön. Viktigt att du källsorterar dina sopor. Behållare finns för icke brännbart, brännbart samt för returburkar.

Tävlingsregler:

Svenska Orienteringsförbundets tävlingsregler gäller.

Tävlingsjury:

Ola Kåberg, OK Ravinen, sammankallande
Sören Jonsson, Nydalens SK (Norge)
Björn Karlsson, OK Denseln (Östergötland)
Kerstin Tjernlund, OK Vilse (Blekinge)

Huvudfunktionärer:

| | |
|----------------------------|---|
| Tävlingsledare | Claes Andersson, Roger Larsson Snättringe SK |
| Banläggare | Ulf Eskilsson, Per Franzén, Anders Jacobsson OK Södertörn |
| Tävlingskontrollant | Ola Kåberg OK Ravinen |
| Bankkontrollant | Göran Nilsson, Rune Rådeström Snättringe SK |

Till sist önskar OK Södertörn och Snättringe SK, alla hjärtligt välkomna till 25manna 2011. Vi hoppas ni får en fin och minnesvärd dag i skogen.

Lycka till!

