



# Lerums SOK

## INBJUDER TILL

### NATIONELL OL-TÄVLING, LÅNGDISTANS, INDIVIDUELL DAGTÄVLING

(PÅ NY ORIENTERINGSKARTA I FIN TERRÄNG)

SÖNDAGEN DEN 20 SEPTEMBER 2009

### Klassindelning och banlängder (i km):

Huvudklasser				Motionskl	Övriga klasser			
				H55M 4,5	Ö1 vit	2,5	U1 grön	2,0
H80 2,5	D80 2,0	H35 7,0	D35 4,5	D55M 3,0	Ö2 gul	3,5	U2 vit	2,5
H75 3,0	D75 2,5	H21 8,0	D21 5,0	H45M 5,5	Ö3 gul	5,0	U3 gul	3,0
H70 4,0	D70 2,5	H20 7,0	D20 4,5	D45M 3,5	Ö4 orange	3,0	U4 orange	3,5
H65 4,0	D65 3,0	H18 6,5	D18 4,5	H35M 6,5	Ö5 röd	4,0	Inskoln. grön	2,5
H60 4,5	D60 3,5	H16 5,0	D16 4,0	D35M 4,0	Ö6 violett	5,5		
H55 5,0	D55 3,5	H14 4,0	D14 3,5	H21M 8,0	Ö7 blå	3,0		
H50 5,5	D50 3,5	H12 3,0	D12 3,0	D21M 5,0	Ö8 svart	5,0		
H45 6,0	D45 4,0	H10 2,5	D10 2,5	H20M 5,5	Ö9 svart	7,0		
H40 6,5	D40 4,0			D20M 4,0				

Sammanslagning av klasser kommer vid behov att göras enligt SOFT:s tävlingsregler.

#### **Anmälan:**

I första hand via Klubben Online, i andra hand via e-post till [kansli@lsok.nu](mailto:kansli@lsok.nu). Anmälan skall vara oss tillhanda senast onsdagen den 9 september. OBS: Ingen föranmälan i öppna klasser ! Anmälan till inskolningsklass via föranmälan eller på tävlingsdagen. Försäljning av direktbanor och miniknat kl 09.30 - 11.30. OBS: I och med anmälan godkänner den tävlande att start- och resultatlista publiceras på internet och på vår hemsida.

#### **Efteranmälan:**

Via Klubben Online. Efteranmälan skall vara oss tillhanda senast fredag 18 september kl 20.00.

#### **Avgifter:**

Ungdom 50 kronor, Övriga 90 kronor. Efteranmälan mot tillägg med 50 procent. Fakturering i efterhand, med betalningsvillkor 20 dagar. Miniknat 20 kr betalas på plats.

- Karta:** Aggetorp-Stora Lövsjön, upprättad 2009. Digitaltryck. Skala 1:15 000 för klasserna H/D 16-35 och Ö 9. Övriga klasser skala 1:10 000. Ekvidistans 5 meter.
- Terrängbeskrivning:** Terräng: Skogsmark med inslag av mindre sankmarker. För de kortare banorna huvudsakligen skogsmark med ett rikligt antal skogsvägar och stigar.  
Kupering: Måttlig kupering.  
Framkomlighet: I huvudsak god framkomlighet.
- Samling:** Skepplaskog (nordost om Göteborg). Vägvisning från väg 190 mellan Stannum och Gråbo..
- Parkering:** P-avgift 10 kronor. P – TC max 100 meter. (Vid blött underlag kommer senare info att lämnas om alternativ parkeringsplats ).
- Start:** Första start kl 10.00. Efteranmälda startar före. Avstånd TC- start cirka 750 meter. Fri starttid i Öppna klasser samt Inskolnings, Motions- och U-klasser mellan kl 10.00 och 12.00. Ingen toa vid start. Miniknat: 09.30-11.30.
- Stämplingssystem:** Sportident. Saknas bricknummer i anmälan tilldelas hyrbricka. Hyra av bricka 25 kronor. Ej återlämnad hyrbricka debiteras med 330 kronor.
- Service:** Varmdusch och toaletter utomhus i anslutning till TC. Miniknat, servering, sjukvård och sportförsäljning på TC, liksom gratis barnpassning.
- Tävlingsledning mm:** Tävlingsledare: Evert Bregell, 0301-215 02, 0702 620667  
Tävlingsledare: Jörgen Estving, 0302-129 54, 0706 20 40 30  
Ansv. Banläggare: Ingemar Gunnarsson, 0302 161 54, 0705 282857  
Bankontrollant: Anders Spåner, SAIK (ungdomsbanorna)  
Upplysningar: Mary-Anne Rosvall, 0302-318 65

Varmt välkomna till en fin dag i skogen!