



INFORMATION

SNÄTTRINGE SK

Information

- Totalt 341 anmälda lag (8525 löpare)
- Vi har 5 lag och är därmed den största klubben av alla som är med.
 - Det kommer lag från Sverige, Norge, Finland mfl.
 - Vi är 125 personer som springer så märk gärna era kläder med ert namn.
- Vårt tält med vimpel (tältplats 85 och 86)
 - Meddela ansvarig lagledare när du kommer fram till vårt tält.
 - Vi kommer ha en lagledare vid tältet och en vid växlingsplanket för alla lag förutom för lag 1 och 2. För dessa lag har vi lagledare vid växlingsplanket.
 - Tältplatsen ligger långt västerut på område A närmast växlingsområdet
- Utrustning
 - Ta med SI-pinne, säkerhetsnålar och kompass (ingen lös definition)
- **VIKTIGT!!**
 - Växla med rätt karta (rätt lagnummer och sträcka), visa baksidan på kartan för den ni växlar till
 - Risk för kartvarvning
 - Väldigt många människor och kontroller i skogen, kolla kodsiffran
 - Titta på laguppställningarna på hemsidan fredag kväll och kanske även lördag morgon, det kan ske ändringar in i det sista.

Lagledare

- Lag 1 Anders Hedman (växlingsområdet)
- Lag 2 Gittan Gelius (växlingsområdet)
- Lag 3 Rune Rådeström, Lennart Bjursäter
- Lag 4 Lollo Eriksson, Mia Starenius
- Lag 5 Karin Wimmer, Erik Dyrelius,

- Övriga lagledare vid tältet:
 - Jonny Nilsson, Elisabeth Hector

- Vid återbud på lördag morgon, ring Elisabeth (073-731 1978)
 - Vid återbud innan lördag, meddela UK

Sträcka	Svårighet	Banlängd i km ¹	Löptid i min	Starttid täten	Gafflad	Antal löpare	Tillåten för
1	Blå	7,9	39	09:00	Ja	1	Alla
2	Blå	5,2	32	09:39	Ja	1	Damer
3	Orange	4,1	28	10:11	Ja	4 parallella löpare	-H16/H50-, Damer.
4	Vit	2,8	16	10:39	Ja	4 parallella löpare	-H14/H60-, -D18/D45-
5	Blå	6,6	38	10:55	Ja	4 parallella löpare	Alla.
6	Blå	4,8	33	11:33	Ja	4 parallella löpare	Damer.
7	Röd	5,5	30	12:06	Ja	4 parallella löpare	Alla.
23	Orange	4,2	26	12:36	Nej	1	-H16/H55-, -D20/D40-
24	Blå	9,2 ²	46	13:02	Nej	1	Alla
25	Blå	6,4	38	13:48	Nej	1	Damer

(1) I banlängderna ingår 800 m snitslad sträcka

(2) Omstarten springer 6,5 km på sträcka 24

Preliminära växlingstider

	<u>Lag 1</u>	<u>Lag 2</u>	<u>Lag 3</u>	<u>Lag 4</u>	<u>Lag 5</u>
	nr 16	nr 256	nr 257	nr 258	nr 259
1	09:00	09:00	09:00	09:00	09:00
2	09:39	09:40	09:44	09:49	09:54
3	10:11	10:15	10:26	10:36	10:42
4	10:39	10:47	11:00	11:12	11:22
5	10:55	11:09	11:26	11:38	11:52
6	11:33	11:51	12:18	12:30	12:52
7	12:06	12:31	13:03	13:20	13:52
23	12:36	13:06	13:43	14:15	14:47
24	13:02	13:36	14:18	14:54	15:33
25	13:48	14:27	15:13	15:54	17:03
Mål	14:30	15:09	16:07	16:58	18:17



Snättringe SK

Sikta på att vara på plats vid vårt tält minst
90min innan förväntad växlingstid

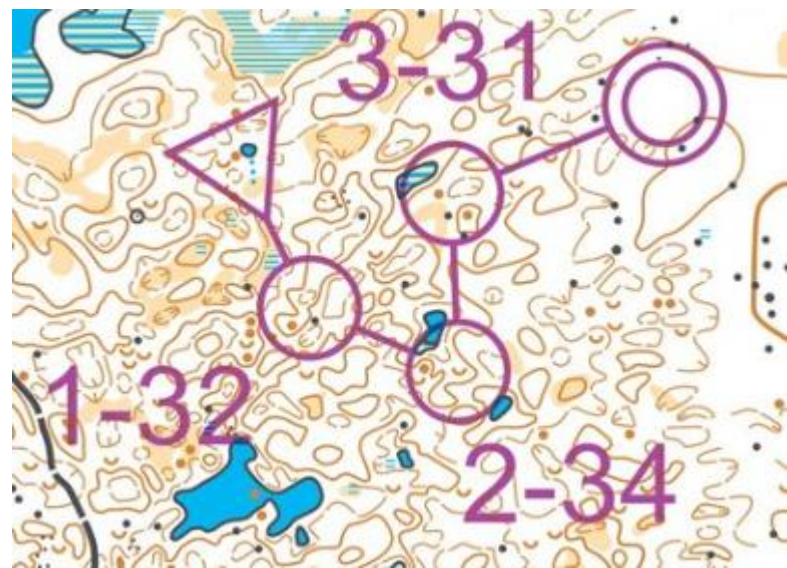
Parkering/resa

- **Arena Lida friluftsgård**
- Resan dit:
 - Bilparkering på ängar. Gångavstånd till arena ca 1200-1500m
 - Satellitparkeringar med buss sista biten till arenan. Dessa avgår var 10e-15e minut. Restid ca 10min.
 - Buss från Tullinge station med avgång var 30e minut med start kl 07:20. Restid ca 30min direkt till arenan.
- 90min innan förväntad växlingstid vill vi att man är på plats vid vårt klubbält där man prickar av sig hos Elisabeth Hector




25manna

- Str 1, 2, 23, 24, 25 är individuella
- Str 3, 4, 5, 6 och 7 är parallella "fyrsträckor"
 - På sträcka 3 går samtliga löpare ut samtidigt
 - Den som kommer in först från sträcka 3 växlar till den som har sträckan 4:1, alltså den som ska gå ut först av de fyra löparna på sträcka 4 i sitt lag. Sen fortsätter det så.
 - När samtliga löpare i laget är i mål på sträcka 7 får sträcka 23 springa iväg.
- Kodsiffrorna står bredvid kontrollernumret



Snättringe SK

25manna

- Kartskala
 - Sträcka 3, 4 och 23 har skala 1:7500-del, övriga har 1:10 000. Ekvidistans 5m
- Omstart sker kl 16.00 för de lag som inte hunnit växla ut på sista sträckan. Målet stänger kl 18.00
- MTB-spår
 - I terrängen förekommer mountainbikespår som innehåller träkonstruktioner. Dessa spår är markerade som stigar på kartan.
- Opasserbar sankmark 
 - Det finns en på kartan markerad opasserbar sankmark som kan vara farlig att passera. Den är inte markerad som förbjudet området på kartan men är snitslad med blågul snitsel i terrängen.



Snättringe SK

Lokala tecken

 Kolbotten

 Bilvrak, reklambanderoll

25manna

- Otydliga stigar
 - I terrängen förekommer otydliga stigar, dessa är vitsnitslade
- Många stigar och elljusspår i terrängen
 - Var noggranna med riktning och att ni väljer rätt stig. Vissa stigar går över berghällar där det ibland kan vara svårt att se var stigen går.
- Sportident
 - Du springer med din egna SI-bricka som kopplas till dig, ditt lag och din sträcka när du checkar in (incheckningen)
- Mållinjen
 - Samtliga löpare skall "växlingsstämpla" vid mållinjen





Vi har vindskyddsplats 85 och 86