

**Inbjuder till Stafett DM för
Stockholm & Södermanland
11e september 2016**

DM klasser, banlängder&nivå:	Klass	Sträcka		
		I	II	III
*Rak bana **Endast Stockholm	H12	2,4gul	2,1*vit	2,4gul
	H14	3,3 orange	2,1*gul	3,3 orange
	H16	4,5violett	3,7* orange	4,5violett
	H20	5,7svart	5,2svart	5,7svart
	H21	7,7svart	6,3svart	7,7svart
	H120	5,4svart	4,8svart	5,4svart
	H150	4,5blå	3,7*blå	4,5blå
	H180	4,0blå	3,6* orange	4,0blå
	H210	3,3blå	2,6* orange	3,3blå
	D12	2,4gul	2,1*vit	2,4gul
	D14	3,0 orange	2,1*gul	3,0 orange
	D16	3,8violett	3,2* orange	3,8violett
	D20	4,6svart	4,1svart	4,6svart
	D21	5,8svart	5,3svart	5,8svart
	D120	3,8blå	3,3blå	3,8blå
	D150	3,6blå	2,9*blå	3,6blå
	D180	3,1blå	2,6* orange	3,1blå
	D210**	2,4blå	2,2* orange	2,4blå
	Ung12	2*grön	2*grön	2*grön
	Ung16	2,5*gul	3,1* orange	2,5*gul
	Öppen 17	3,2 orange	3,2 orange	4,2*blå
	Lagkriterier:	<p>Lägsta ålder för respektive deltagare i D/H120, D/H210 är 35 år. Varje deltagares födelseår gäller som kriterier för lagsammansättningen (åldern på yngsta deltagare på sträcka 2 räknas, se nedan).</p> <ul style="list-style-type: none"> • I klasserna D/H12, D/H16, D/H120, D/H210, Ung 12, Ung 16, Öppen 17 är det tillåtet med upp till tre löpare på sträcka 2. Först till växel på sträcka 2 växlar ut till löpare på sträcka 3 (om förste löpare på sträcka 2 stämplar fel blir laget ej godkänt). Antalet extralöpare anges vid anmälan. • Skuggning, dvs en uppföljare bakom den tävlande, är tillåten i Ung 12. • I Ung 16 och Öppen 17 får en och samma löpare springa flera sträckor. • Öppen 17 är öppen för både vuxna och ungdomar. Inga åldersbegränsningar. 		
	Samling:	Vägvisning från väg 509 mellan Järna samhälle och Nykvarn.		

	Därifrån ca 3 km
Kollektivtrafik:	Gångavstånd från Järna pendeltågstation, ca 1.5 km
Parkering:	På anvisad plats, max 1200m från TC. P-avgift 20kr
Anmälan:	Anmälan görs via Eventor, senast söndagen 4 september kl 24.00. Efteranmälan, senast onsdagen 7 september kl 24.00 mot 50%förhöjd startavgift.
Laguppställning	Ifyllda i Eventor senast lördagen den 10 september kl.16.
Anmälningsavgift:	Tävlingsklasser och öppna motionsklasser: 120 kr/deltagare. Ungdom: 75 kr/deltagare. Avgiften inkluderar så kallade plakettavgift.
Start- och resultatlista:	Publiceras i Eventor.
Direktanmälan:	Klasserna ÖM1, ÖM3, ÖM6, ÖM7 och ÖM8.Anmälan på tävlingsdagen ute på arenan 9.30-11.30.
Stämplings-system:	Sportident, eget briccknummer anges vid anmälan. Vid hyra av bricka tas en avgift på 30 kr. Borttappad hyrbricka faktureras med 600 kr
Start:	Klassvis med första start klockan 10.00.
Karta:	Nyritad 2016 (Indulis Peilans). Skala 1:10 000 ekvidistans 5 meter. H/D 180 och 210 skala 1:7500
Terräng-beskrivning:	<i>Terrängtyp:</i> Sammanhängande skogsmark med flertalet stigar. <i>Kupering:</i> Måttligt kuperad terräng med både detaljrika och detaljfattiga höjdparter. <i>Framkomlighet:</i> Mycket god till god framkomlighet, med inslag av områden med tät skog. Vegetationen består huvudsakligen av barrskog i varierande ålder.
Växling & Mål:	Målstämpling
Omklädnad / Dusch:	Varmvatten utomhus för både damer och herrar.

Barnaktiviteter:	Miniknat och barnpassning
Servering:	Välsorterad marka med hembakat mm.
Banläggare:	Ivar Lundanes och Johan Ek Larsson
Tävlings- ledning:	Christer Andén, Tomas Fagerstedt och Sven Undeland
Bankkontrollant/ Tävlings- kontrollant :	Håkan Kleijn / Michael Wehlin, SNO Lars Forsberg, StOF
Upplysningar:	Christer Andén 070-5570145 Sven Undeland 070-3637076