



PM

Stafett-DM för Örebro län och Västmanland

söndag 21 september 2025

- Samling:** Länsväg 766 vid anslutningen mot R50. Söder ifrån kommande svänger av mot YXE vid södra Fingerboda och åker länsväg 766 till samlingen. Norr ifrån kommande svänger in på länsväg 766 söder om södra infarten till Lindesberg. Följ röd/blå snitsel från vägvisning till parkering.
- Parkering:** På anvisade platser. Avgift 20 kr/bil, SWISH 1231345677 eller kontant. Avstånd P-Arena max 1100 m, Följ röd/blå snitsel från parkering till arena.
- Laguppställning:** Registreras i Eventor senast 20/9 kl. 23:59. I undantagsfall kan ändringar göras på plats, innan 10:15, på tävlingsdagen.
- Lagkuvert:** Lagkuvert med nummerlappar hämtas vid administrationen.
- Nummerlappar:** Samtliga i stafetten skall bära nummerlapp med lagets startnummer. Medtag egna säkerhetsnålar.
- Karta:** Ritad av Roger Åsberg. Reviderad 2025 till nuvarande kartnorm av Annika Brodin. Skala 1:10 000 för klasserna HD21 och HD35. Övriga klasser skala 1:7 500. Ekvidistans 5 m. Laserutskrift. Godkänd för tävlingar på nivå 2-4. De längre banorna kan komma i kontakt med en skogsväg som är under uppbyggnad.
- Definitioner:** Endast tryckta på kartan för stafettlöpare. Öppna individuella banor har lösa definitioner vid start.
- Terrängbeskrivning:** Öppen skogsmark med ett rikt stigsystem. Framkomligheten är mestadels god till mycket god. De längre banorna berörs av några mindre grönområden. Ett mindre antal detaljrika höjdparter finns.
- Lokalttecken:** X=Reklamskylt eller Foderautomat.
- Kontroller:** Kontrollerna är markerade med spjut med skärm och Sportident-enhet. Kontaktlös stämpling är aktiverad. Kontrollerna sitter mycket tätt, var noga med kodsiffrorna.
- Spridningsmetod:** Spridningsmetod används för alla klasser utom HD12 (samtliga sträckor), öppen stafett samt sträcka 2 i klasserna D13-16 och H13-16.
- Töm / Check** Töm och Check finns vid ingången till start och växlingsfälla. För öppna banor finns Töm och Check vid start.
- Start:** Gemensam start sker söder om arenan enligt följande.
10:30 D21 och H65
10:40 D35, D55 och HD12
10:50 H45, D13-16 och Öppen
11:00 H21
11:10 D45, H75 och H13-16
Kartan erhålls i startögonblicket för samtliga på förstasträckan.
- Varvning och kartvändning:** HD21-45 och HD 13-16 str. 1 och 3 har varvning och kartvändning. Kartdelarna är märkta med en **röd etta** respektive **tvåa**. Var noga med att börja med del 1. Varvningskontrollen är även en publikkontroll. Se exempel på Eventor samt anslag på Arenan.

Växling: Inkommande löpare målstämplar, springer vidare, lämnar sin karta och fortsätter till växlingsfållan. Där växlar inkommande löpare till utgående löpare genom handklapp. Utgående löpare springer till kartplanket, tar sin karta, springer till startpunkten och vidare ut på sin bana. I klasserna HD12 och HD13-16 växlar inkommande löpare till en av andra sträckans löpare. Samtliga andra sträckans löpare springer till kartplanket där en av löparna tar kartorna för sträcka 2 och fördelar inom laget. Kartorna för sträcka 2 ligger i en plastficka. Eventuella överflödiga kartor lämnas på markerad plats. Då löparna fått sina kartor springer de vidare till startpunkten och vidare ut på banan. Den löpare på sträcka 2 som kommer först till växlingen för lag med flera löpare på sträckan växlar ut tredje sträckans löpare. Växlande löpare sträcka 2 måste vara godkänd för att laget ska bli godkänt. Efterkommande löpare sträcka 2 målstämplar, lämnar sin karta och går sedan till utstämplingen och läser av sin "pinne". **Växlingsproceduren förevisas på arenan kl. 10:10.**

Stämplingssystem: SportIdent. Beröringsfri stämpling aktiverad.

Öppna klasser: Anmälan på tävlingsdagen mellan kl. 10:00-11:30 i anslutning till växlingen. Avgifter: ungdom 95 kr, övriga 180 kr .

Öppna klasser	Vit 2,0	2,4 km
	Gul 2,5	2,6km
	Orange 3,0	3,1 km
	Blå 3,0	3,1 km
	Blå 5,0	5,1 km

Start Öppna klasser: Öppna klasser har fri starttid med startstämpling mellan 10:15 och 11:45. Avstånd till start 200m, orange-vit snitsel.

Kartor: Insamlade kartor delas ut när samtliga sistasträckslöpare har startat.

Resultatlista: Publiceras på Arenan, på Liveresultat och efter tävlingen på Eventor.

Plaketter: Enligt respektive förbunds riktlinjer. Örebro läns plaketter delas ut på plats. Västmanlands plaketter delas ut vid ett senare tillfälle.

Omstart: Omstart vid behov. Tid meddelas i så fall av speakern.

Hjärtstartare: Finns i anslutning till utstämplingen

Service: Marka med hamburgare, brödloteri mm.
Avskärmad ombytesplats vid TC.
Dusch erbjuds vid idrottsplatsen i Vedevåg (Latitud: 59.53132
Longitud: 15.290549), se vägvisning i Eventor.

Barnpassning/Miniknat **Erbjuds EJ.**

Funktionärer: Tävlingsledare: Sofia Carlsson och Hans Helmersson.

Banläggare: Annika Brodin, Susanne Hellsing, Klas Thybeck.

Rådgivare: Erik Westerlund, OK Järnbärarna.

Kontakt: dm@lindebygdensok.se

Välkomna hälsar Lindebygdens OK

