

HEM / ÖPPET KORTDISTANS KM NATT OCH DAG 2016

## PM - Öppet Kortdistans KM Natt och Dag

2016-11-05 05:30

Det är ännu inte försent att anmäla sig! Korta och kluriga banor. Testa SPORTident AIR+ "Touch free" stämpling

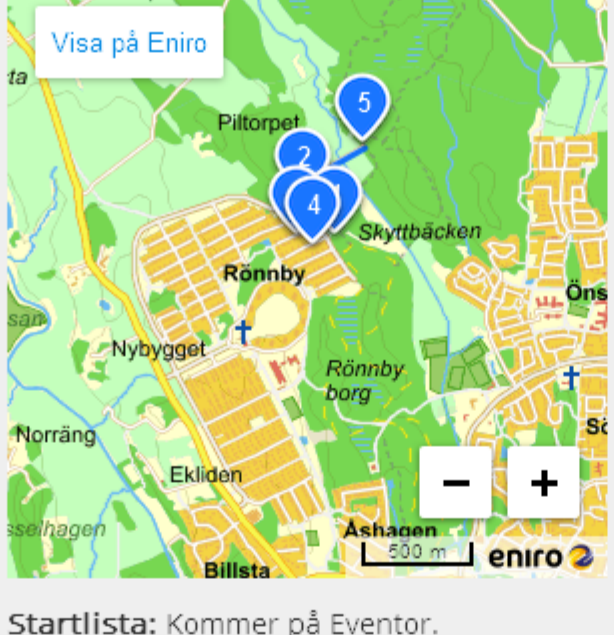
Uppdaterad: 2016-11-13 10:00

### PM - Inbjudan

Kortdistansorientering med korta och kluriga banor. Många kontroller. Det gäller att ta snabba och riktiga beslut i skiftande terrängförhållanden.

Banorna passar alla utom kanske de allra minsta, man bör ha lite erfarenhet i bagaget. Banorna går till 100% i skog utan ledstänger eller uppfångande terrängföremål. Delvis tuff och blöt Västeråsterräng väntar löparna.

**Arenan:** N Rönnby, se karta. (1-4) pakering, (5) Arena



**Startlista:** Kommer på Eventor.

**Anmälan:** via Eventor. OBS! komihåg att ange om du har Sportident SIAC-pinne eller vill låna en (under extratjänster).

Öppet Kortdistans KM Natt [här...](#)

Öppet Kortdistans KM Dag [här...](#)

Lottad individuell start varför föransökan är nödvändig.

Efteranmälda löpare startar först.

#### Första start:

Öppet Kortdistans KM Natt 19:00 18/11

Öppet Kortdistans KM Dag 11:00 19/11

**Banlängd:** 1995 meter båda dagarna dock inte samma bana. Beräknad segrartid 20-21 minuter

**Mål:** Sportident Air+ Finish Gate. Touch free målstämpling.

**Start:** Sportident Air+ Start Gate. Touch free startstämpling. Upprop 1 min före start. Start på pipsignal, kartan tas i låda vid startpunkten.

**Avstånd till start:** ca 100m

**Kontroller;** Små träningskärmar och hängande SI-enhet, inga reflexer på natten alltså. Skärmarna sitter lågt alternativt mycket lågt!

**Stämpling:** Sportident Air+ Touch free stämpling.

**Resultat:** Ingen el på arenan. Resultat kommer att finnas on-line på internet och kan läsas med egen smartphone eller platta under tävlingen på länk <http://resultat.kontrollen.nu/>

**Dusch o Toa:** Finns inte, duscha hemma. Toa -> besök skogen.

**Karta:** Skala 1:4000 1-3m ekv. Definition finns tryckt på kartan inga lösa definitioner. Det finns småstigar i området som inte är med på kartan. Kartan bitvis reviderad under hösten 2016

**Parkering:** ca 600m från TA. Se karta under Arena ovan.

Tävlingsledning o banläggning: J-O Bergman, Henrik Hamrefors

**Mer information kommer så håll koll på denna sida kontinuerligt!**

#### Banläggarnas ord om banorna:

##### Kortdistans KM Natt

Första delen av banan går i ett höglänt område med bitvis riktigt fin skog. Här är det tätt mellan kontrollerna så håll koncentrationen och bli inte påverkad av andra löpare. Mittpartiet på banan går i mera låglänt terräng här gäller det att läsa kartans färger och våga ta de snabba stråken. Här finns nog också banans svåraste kontroller, tänk på att du kanske måste kunna ta på kontrollpunkten innan du ser skärmen. Banan avsluta med ett par kontroller i storskog här det gäller att titta lågt och dra upp farten.

##### Kortdistans KM dag

Banan inleds i en riktigt fin, storstämmig tallskog. Det gäller dock att vara beredd på att växla tempo då det förekommer stora variationer i sikt och detaljrikedom. Här kommer det att vara tätt mellan kontrollerna så det gäller att ta snabba, bestämda beslut och inte låta sig påverkas av andra löpare. Mittpartiet på banan går i ett närmast euforiskt område med fin tallhed varvat med detaljrika höjpartier med berghällar. Här kan den tränade hålla riktigt hög fart. Sedan går banan in i mer låglänt terräng med lite yngre skog och varierande sikt. Här kommer man att möta banans svåraste kontroller. I vissa delar av det här området så är undervegetationen ännu frodig så det kan upplevas som något tunglöpt. Avslutningen går i ett detaljrikt, riktigt fint höjparti där det gäller att verkligen hålla i orienteringen ända in i mål. Ett standard tips i dessa sammanhang kan vara att titta lågt...

#### Information om SPORTident Air+

### PM

## SPORTident Air+

Hur man använder SIAC pinnen och SPORTident AIR+

**Information för tävlande**

På Kortdistans KM sprint ska alla löpare använda en SIAC SPORTident Air+ pinne som tillhandahålls av arrangören om du inte har en egen. Denna pinne möjliggör kontaktfri stämpling. SIAC-pinnarna hämtas ut vid tävlingsarenan (TA). **OBS! Se till att du tar rätt pinne! Kontrollera med nummret i startlistan.**

**Viktig:**  
Fäst pinnen som vanligt med fingerbandet.

Man får inte ha GPS klocka och Sportident Air+ pinne på samma arm!  
Ta gärna med eget säkerhetsnöre så du slipper tappa bort pinnen.

På TA finns provkontroller så du kan testa att stämpla med pinnen.

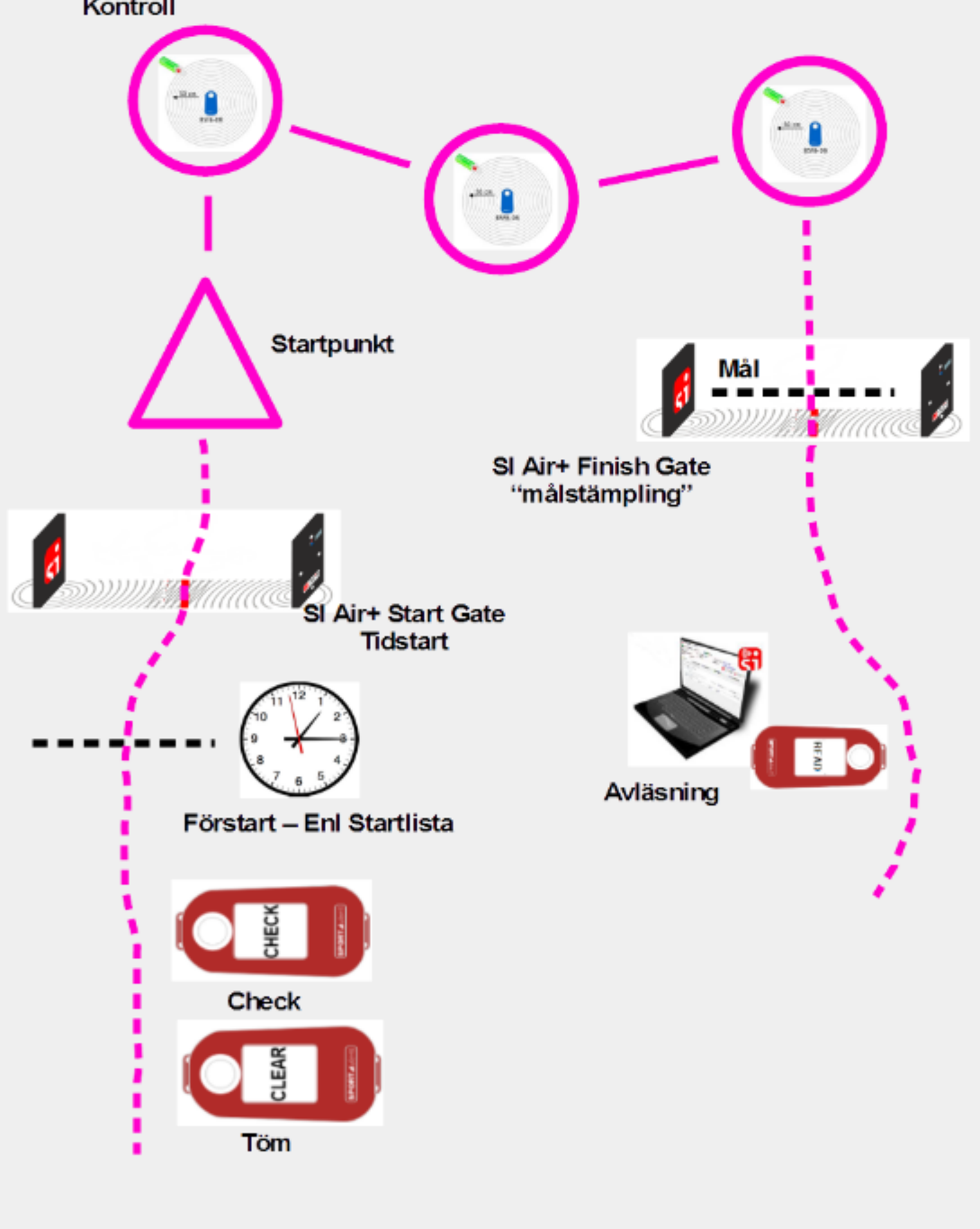
**Start:**  
På väg till start tömmer du SIAC-pinne på vanligt vis i TÖM-enheten. Vid starten startar du SIAC-pinne genom att stämpla i CHECK-enheten. Observera att det är vid check som brickan aktiveras. En grön blink ca var 8 sekund indikerar att brickan är aktiverad. Om löpare inte "stämplar" i checkenheten innan start kommer touch-free inte att fungera. Dock går det alltid att stämpla som "vanligt" med brickan. På väg till startpunkten passerar du SI Air+ start gate.

**Kontroller:**  
Vid kontrollerna räcker det med att du för SIAC-pinne över kontrollenheten (inom 30 cm). SIAC-pinne blinkar och piper vilket visar att stämplingen har registrerats. Kontrollenheten blinkar eller piper inte! Om du inte får någon jussignal från SIAC-pinne så kan du stämpla på vanligt vis.

**Målgång:**  
Vid målgång passerar du SI Air+ Finish gate där måltiden tas. Ingen vanlig målstämpling behövs. Du går som vanligt vidare och läser av pinne vid avläsningen. Där lämnar du också ifrån dig den lånade SIAC-pinne. Ej återlämnad SIAC debiteras med 850 kr

Som vanligt ansvarar löpare för att få återlämning i brickan. Skulle touch-free inte fungera går det som sagt alltid att stämpla som "vanligt".

**LYCKA TILL!**



Mera information...



Tävlingsområdet som det karterades 1968... Årets tävlande kommer att få se en helt annan karta!

#### Bilder från skogen.

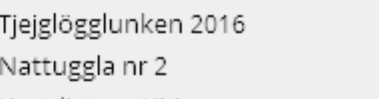


Det finns fina områden med smalstämmig granskog här strax efter första kontrollen på Dag banan.



Fina öppna mossar ska passeras på Natt banan.

Be the first of your friends to like this



#### VSOK FORUM

- Tjejglöggulken 2016
- Nattuggla nr 2
- Kortdistans KM
- Påminnelse julgransförsäljning
- Anmälan Planeringsdag 26/11
- VOF planeringsdag 19/11
- Anmälan juniorupptakt 17/11
- Ullmax 4 dec.
- DM- ULTRALÅNG.
- Tumkompass saknas

#### Bildspel



Har du bilder som passar i bildspelet? Klicka då på länken nedanför!

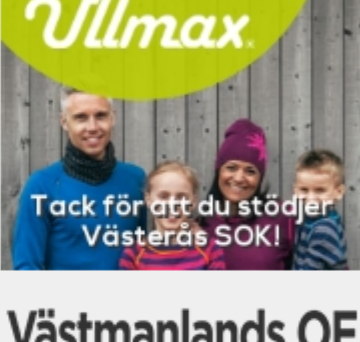
Ladda Upp Bilder



Senaste numret...

#### Kartpärmen

- Rodhenloppet
- Bornholm Höst-Open E2
- Bornholm Höst-Open E1
- 25-manna
- Oktoberacet
- DalaDubbeln söndag ÖM10
- 25-manna stäcka 5
- 25manna 2016
- Skräddartorpsträffen
- Upplandsfinalen
- Upplandsfinalen
- Skräddartorpsträffen
- USM Lång Publiktävling-H16
- DM Stafett Västmanland
- Natt DM Västmanland
- DM Stafett
- DM-stafett Öppen 7
- DM stafett 2016
- Stafett DM Norberg
- Natt DM



Tack för att du stödjer Västerås SOK!

#### Västmanlands OF

ORIENTERINGSE/VÄSTMANLAND