



## ***Strängnäs-Malmby OL inbjuder till***

Motions-OL tisdagen den 21 september 2021

### **VIKTIG INFORMATION!**

Tänk på smittorisken. DITT ANSVAR! Följ rekommendationerna om att hålla avstånd, stanna hemma om du är sjuk etc.

### **SAMLING**

SMOL's klubbstuga vid Vasavallen i Strängnäs. Vägvisning från rondellen vid västra infarten till Strängnäs. Se karta nedan.

### **PARKERING**

Följ hänvisningar från funktionärer.

### **ANMÄLAN**

Endast föranmälan via Eventor senast söndag 19 september kl. 23.59.

I anmälan väljer man bana (A/B/C/D/E) under "Tjänst". Därefter väljer man starttidsintervall under "Tjänst". Avsluta med att trycka på "Lägg till" för tjänsten. Glöm inte att spara.

### **TERRÄNG**

Svagt kuperad terräng med en hel del stigar och motionsspår. Mestadels god framkomlighet.

### **BANOR**

A: 4.2    B: 3.5    C: 3.1    D: 2.4    E: 1.8

### **KARTA**

Skala 1:7500 för bana A, B och C, skala 1:5000 för bana D och E.

### **STARTTIDER**

2 timmar har reserverats för max 100 startande i varje.

K1 9.00-9.59 och 10.00-10.59

### **BETALNING**

Med Swish nr 123 394 45 35 eller Bg 760-3434. **Sörmlandsveteraner ingen avgift.**  
Övriga 40 kr.



## **START**

Vid starten: Tag den bana du anmält dig till och starta inom det tidsintervall du anmält dig till. OBS! Startstämpling gäller.

Vid köbildning får man vänta på att få starta inom tidsintervallet. Håll avstånd! Funktionärer hjälper till och prickar av startande mot anmälningslista.

## **STARTPLATS**

Avstånd till start ca 400 m.

## **STÄMPLING**

Sportident. Ett antal pinnar finns att hyra.

## **MÅL/UTSTÄMPLING**

Utbrutet mål 400 m till utstämpling vid SMOL-gården

## **KONTROLLDEFINITIONER**

Finns på kartan och kommer även på Eventor för egen utskrift.

## **TOALETTER**

Finns endast i ishallen i anslutning till arenan.

## **OMBYTE/DUSCH**

Inga gemensamma lokaler. Eget tvättvatten/våtklut medtages.

## **FIKA**

Eget.

## **RESULTAT**

Endast på Eventor.

## **LIVELOX**

Tävlingen kommer att läggas upp i Livelox.

## **Upplysningar**

Sten Eriksson (banläggare), 070-2515845

Stina Vahlgren, 073-9400312

**Välkomna!**

