

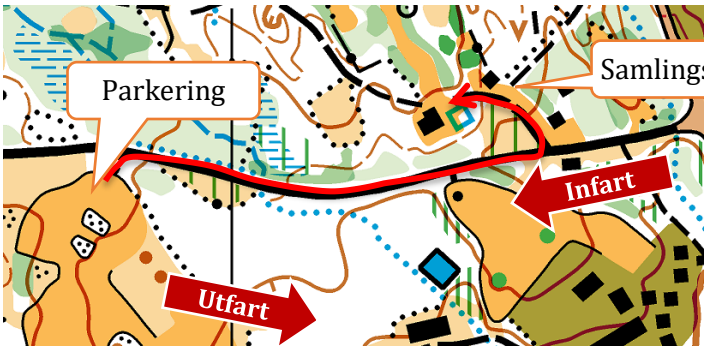


Final SM-långdistans 11 september 2022 PM



Version 2022-09-07, sena tillägg och ändringar kan förekomma och det är den tävlandes ansvar att ta del av slutgiltigt tävlings-PM med tillägg som anslås vid arenan på tävlingsdagen.

Tävlingsplats

Samlingsplats	<p>Samlingsplatsen för löpare i A-final är vid bystugan i Fjällgrycksbo och den öppnar 8:30.</p> <p>Löpare i B, C, D-finaler samlas på arenan.</p> <p>Det är begränsat med utrymme under tak (tält) så räkna med att sitta ute. Det går bra att sätta upp egna vindskydd vid samlingsplatsen.</p> <p>Det är samma parkering för arenan och samlingsplatsen så parkera och gå direkt till samlingsplatsen.</p>  <p>Observera att det inte är tillåtet för SM-löpare i A-finalerna att besöka arenan innan start.</p>
Vägvisning	Vägvisning från korsvägen i Bjursås, längs väg 69. Annan infart är inte tillåten då man riskerar att hamna i tävlingsområdet.
Arena	I Fjällgrycksbo, följ vägvisning och P-vaktens anvisningar
Parkering	<p>Parkering sker på av p-vakter anvisade platser. Utrymmet är begränsat så samåk i möjligaste mån. Väster och norr om parkeringen är det FÖRBJUDET OMRÅDE.</p> <p>Stora bussar (mer än 9 personer) måste föras till (sm2022@bjursasok.se).</p> <p>Husvagnar får inte tas med till arenan utan hänvisas till Bjursås Camping.</p>
Parkering A-finalsöpare	Parkering för samlingsplats och arena är på samma ställe.
Återbud	
Återbud	Återbud på tävlingsdagen lämnas via telefon/SMS: 070-334 29 60

Arena

Avstånd	Parkering (arena) – samlingsplats	100 – 1000 m
	Samlingsplats – Förstart (orange/vit snitsel)	1900 m
	Förstart – tidstart (orange/vit snitsel)	350 m
	Parkering (arena) – Arena	100 – 1000 m
	Arena – Samlingsplats	200 meter
	Arena – Dusch (vid skolan i Bjursås)	10 km

Arenaservice

Fältmåltid

Fältmåltid finns vid arenan och ingår i deltagaravgift. Pris för ledare/övriga: vid köp på arenan 100 kr/dag (i mån av tillgång). För meny, se separat dokument Mat-Servering. Fältmåltid serveras från 10:00.

Servering

Kaffe, te, dricka, mackor, korv och fikabröd. **Endast betalning med Swish.**

Toaletter

Toaletter finns vid arenan, samlingsplatsen och vid förstarten.

Sportförsäljning

Letro sport finns vid tävlingen på söndagen.

Prisutdelning

Ca 30 min efter sista klassen är avgjord, speakern informerar när prisutdelningen startar.

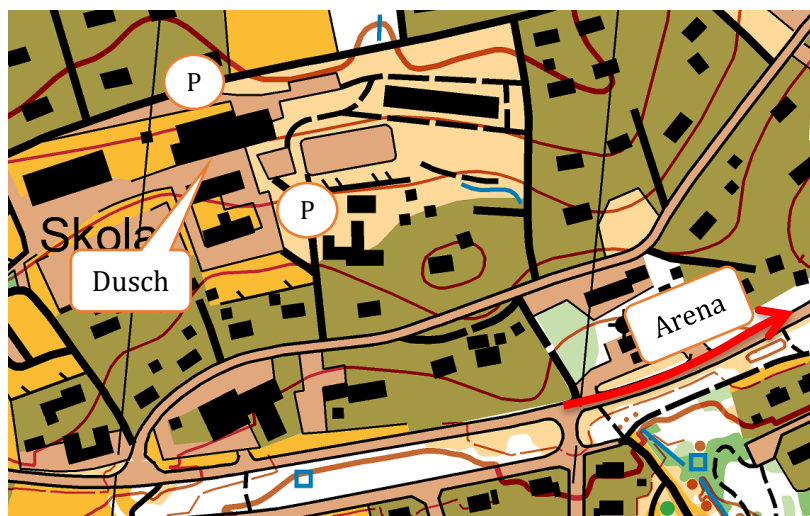
Priser till de 10 främsta i A-finalerna

Dusch

Dusch finns vid skolan i Bjursås (10:00-16:00):

Adress: Gästgivarvägen 13

Lat/Long: 60.7391, 15.4535

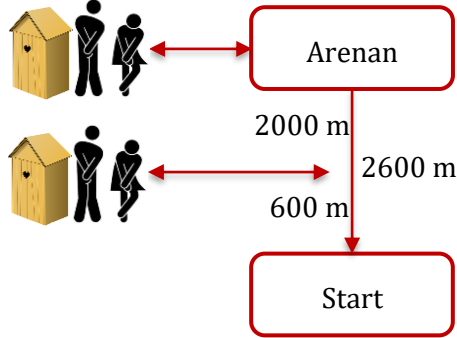
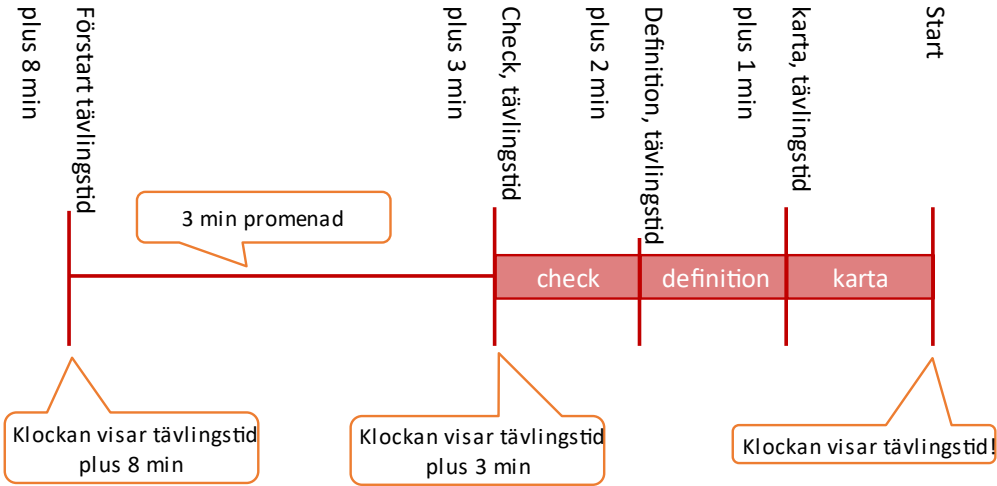


Första hjälpen

Första hjälpen finns vid informationen vid arenan.

	<p>Klubbtält Klubbtält på anvisad plats!</p> <p>Viltrapport Observation av större vilt i tävlingsområdet skall rapporteras vid informationstältet.</p>
Information	<p>Mediarepresentanter och studiebesökare är välkomna till informationstältet.</p> <p>Kartor med SM-banor finns till försäljning vid Informationstältet. Pris för kartorna är 30 kr/st. Kartorna börjar säljas 11:15.</p>
Tävlingsinformation	
Avlysning	Tävlingsområdet avlyst sedan tidigare, se Eventor
Samlingsplats/ registrering	<p>Samlingsplats öppnar kl. 08.30 och stänger kl. 10.50.</p> <p>Vid samlingsplatsen finns försäljning av: kaffe, te och smörgåsar, samt enklare sportförsäljning (tejp, kompasser, någon skomodell).</p> <p>A-finallöpare skall anmäla sig själv vid samlingsplatsen, senast då samlingsplatsen stänger.</p> <p>Provkarta för A-finalerna lämnas ut tidigast 9:30.</p> <p>Deltagare som kommer för sent till samlingsplatsen blir diskvalificerade.</p> <p>Ledare eller löpare som besökt arenan för kvalet får inte återvända till samlingsplatsen.</p> <p>Det är förbjudet att använda mobiltelefon eller annan teknisk utrustning som kan anslutas mot mobila nät/internet, vid samlingsplatsen. Undantaget vid betalning med Swish.</p> <p>SM-löpare som har automatisk synkronisering av GPS-spår skall ha den avstängd till sista start.</p>
PM	<p>Detta PM gäller men kan kompletteras på tävlingsdagen. En eventuell komplettering publiceras på Eventor och på samlingsplatsen.</p> <p>Tävlande ansvarar själva för att ta del av PM.</p>
Tävlingsregler	<p>SOFTs tävlingsregler gäller tillsammans med PM.</p> <p>Klädsel Heltäckande klädsel enligt SOFTs reglemente.</p> <p>Tjuvstart Vid tjuvstart tilldöms tidslägg. Kartan får inte lyftas från kartlådan innan startsignalen.</p>
Startlista	<p>Startlista publiceras på lördagkvällen på Eventor.</p> <p>Startlistor anslås: på samlingsplatsen, vid förstarten och vid starten</p>
GPS	<p>Ett antal löpare i A-finalerna kommer att bära GPS. Lista på vilka som ska ha GPS publiceras på Eventor under lördag kväll samt vid samlingsplatsen på söndag morgon. GPS-enheten delas ut vid förstarten och väst hämtas vid samlingsplatsen. GPS och väst lämnas vid målet. Ej återlämnad väst debiteras 300 kr</p>

Nummerlappar	Nummerlappar tilldelas löparna vid samlingsplatsen. Dessa skall bäras på bröstet och reklam får inte vikas bort. Medtag gärna egna säkerhetsnålar								
Banlängder, starttider, etc	Klass	Segrar tid	Längd	Nummerlappar	Vätska st	Kontrollbeskrivning	Tidigaste första start		
	D21 A-final	92	12,3	1-45	2	55*195**	10:30		
	H21 A-final	91	15,2	101-145	2	55*195**	10:30		
	D20 A-final	70	9,1	201-245	2	55*175	10:30		
	H20 A-final	71	11,5	301-345	2	55*182	10:30		
	D18 A-final	58	6,8	401-445	2	55*140	10:30		
	H18 A-final	59	8,1	501-545	2	55*147	10:30		
	D21 B-final	95	9,7		2	55*154	8:30		
	H21 B-final	92	13,5		2	55*195**	8:30		
	H21 C-final	95	13,4		2	55*195**	8:30		
	D20 B-final	73	6,5		2	55*126	8:30		
	H20 B-final	73	10,3		2	55*154	8:30		
	D18 B-final	60	6,2		2	55*126	8:30		
	D18 C-final	56	5,0		2	55*119	8:30		
	H18 B-final	58	6,6		2	55*126	8:30		
	H18 C-final	55	6,1		2	55*126	8:30		
	** Längden kräver att man viker in början och slutet av kontrolldefinitionen. Maxtid: 3 timmar i alla klasser								
Väskor/överdrag	Väskor transporteras från samlingsplats till arenan. Väskor märks upp av deltagarna själva, med märklappar som erhålles på samlingsplatsen. Överdragskläder transporteras från förstarten till arenan.								
Start & provkarta för A-finaler	<p>Följ orange/vit snitsel och skyltning till start. Töm & check finns ca 100 m från samlingsplatsen efter startsnitseln.</p> <p>Provkartan som delas ut vid samlingsplatsen efter 09:30, täcker hela vägen mellan samlingsplats och förstarten. Man väljer själv om man vill springa längs snitseln eller om man springer på egen hand i skogen.</p> <p>Det är endast kartområdet som är tillåtet uppvärmningsområde.</p> <p>Toaletter finns vid samlingsplats och på väg till förstarten.</p>					<pre> graph TD A[Samlingsplats] -- 2000 m --> B[Start] A -- 2250 m --> C[Förstart] C -- 350 m, 8 min före tidstart --> B A -- 250 m --> C </pre>			

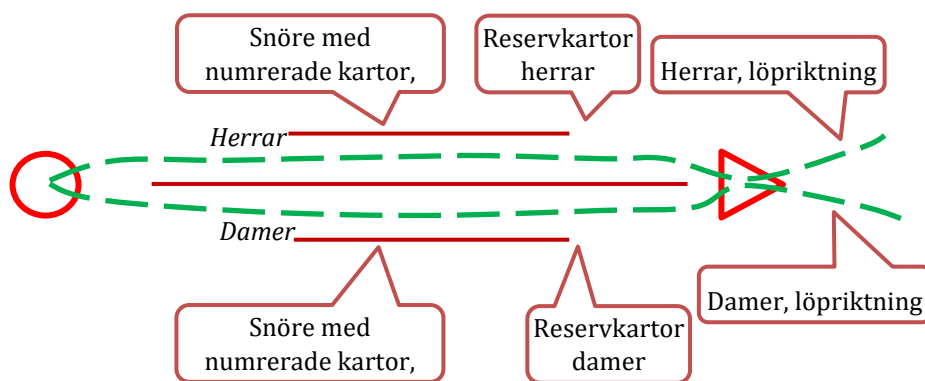
	<p>Sen ankomst till start medges med högst 30 minuter efter ordinarie starttid. Sent ankomna löpare slussas i starten så det inte stör andra tävlande.</p>
<p>Start & provkarta för B- och C-finaler</p>	<p>Följ orange/vit snitsel och skyltning till start från arenan. Töm & check finns ca 500 m från arenan efter startsnitseln.</p> <p>Provkarta finns på vägen till start. Man väljer själv om man vill springa längs snitseln eller om man springer på egen hand i skogen.</p> <p>Det är endast kartområdet som är tillåtet uppvärmningsområde.</p> <p>Toaletter finns vid arenan och på väg till starten.</p> <p>Sen ankomst till start medges med högst 30 minuter efter ordinarie starttid. Sent ankomna löpare slussas i starten så det inte stör andra tävlande.</p> 
<p>Startprocedur</p>	<p>8 min före tidstart, upprop vid förstart (gäller A-final). 3 min före tidstart: avprickning och check av SI-bricka 2 min före tidstart: kontrolldefinition erhålls 1 min före tidstart: gå fram till kartlådan Starttid: ta karta och starta</p>  <p>Det finns reservpinnar vid förstarten.</p>
<p>Kontrollbeskrivning</p>	<p>Kontrollbeskrivningar finns både lösa och förtryckta på kartan.</p>
<p>Stämplingssystem/ kontroller</p>	<p>Sportident används som stämplingssystem. Bricknummer ska anges vid anmälan.</p> <p>Stämplingsenheterna sitter på en bräda och under denna hänger den orange/vita skärmen. Varje kontroll har dubbla stämplingsenheter.</p> <p>Det finns kodsiffror på brädan och på stämplingsenheterna.</p> <p>Kontrollerna sitter tätt (>50 m) så kontrollera kodsiffran!</p>
<p>Kartbyte</p>	<p>D21A och H21 A-final har en spridningsmetod på banan som kräver kartbyte.</p> <ul style="list-style-type: none"> Kartorna och kontrolldefinitionerna vid starten är numrerade med startnummer. Kontrolldefinitionerna är för hela banan.

- Vid kartbytet är det en kort snitsel från sista kontroll på del 1 till kartbyte och ny startpunkt del 2
- Vid kartbytet är kartorna numrerade med startnummer och upphängda på ett snöre med startnumret synligt.
- Löparen själv är ansvarig för att ta rätt karta och kontrolldefinition.

En funktionär anvisar rätt karta och definition till löparen vid starten för D21A och H21 A-final. Övriga löpare tar karta och definition själva.

Om kartan vid kartbytet saknas för en löpare, så finns det reservkartor. Om man behöver en reservkarta så anvisas dessa av en funktionär, löparen är dock ansvarig för att utifrån sitt startnummer kontrollera att man fått/tagit rätt karta.

Efter målgång finns det nya kartor för D21A och H21 A-final med hela banan. Dessa finns vid Informationen.



Vätska

Det finns vätska i form av vatten och sportdryck (Enervit) längs en väg. Platserna är markerade på kartan.

Sportdryck serveras i vita muggar, vatten serveras i genomskinliga muggar
Vid målet finns även vatten och sportdryck (Enervit).

Förbjudna områden

Uppvärmningsområdet och samlingsplatsen är markerade som förbjudet område. Man får inte gå in där efter start även om man brutit.

Karta

Nyritad karta på ett område som inte varit karterat tidigare. Kartan ritad 2019-2020 av Kalle Engblom och Jerker Boman. Kartan revideras av kartritarna under 2022.

Skala: 1:15 000

Ekvidistans: 5 m.

Offsettryck, Kartsam

Lokala tecken

Kartan	Definition	Föremål
▲	*	Kolbotten
□	□	Kojruin
×	×	Älgpass
T	*	Jakttorn

* Används ej som kontrollpunkt

Efter målgång får man behålla kartan. Det finns nya kartor vid informationen för D21A och H21 A-final.

Terrängbeskrivning	<p>Terrängtyp</p> <p>Skogsmark med ett normalt antal skogsbilvägar och ett mindre antal stigar. Skogbevuxna sankmarker av varierande storlek förekommer. Kulturmark saknas helt</p> <p>Framkomlighet</p> <p>Framkomligheten är mycket varierande från öppen snabbblöpt stenfri gammal barrskog till svårforcerad stenrik mark. Gamla och nya hyggen förekommer, ungskog av framförallt barrskog finns i normal omfattning och på finalbanorna förekommer en del liggande skadade träd som delvis begränsar framkomligheten. Stenigheten varierar från mindre ytsten till riktigt stora stenar. Vissa mindre områden är mycket stenrika.</p> <p>Kupering</p> <p>Kuperingen varierar från måttlig till övervägande stark. Terrängområdet innehåller ett antal stora höjdparter där detaljrikedomen varierar. På sina ställen är detaljrikedomen så riklig att det kan vara taktiskt att orientera med förstoringsglas. Några branta sluttningar förekommer.</p>
Resultat	<p>Preliminärt resultat publiceras löpande på internet och på arenan</p> <p>Slutgiltigt resultat publiceras på Eventor.</p>
Synpunkter och protester	<p>Vid regelbrott anmäls detta till tävlingsledningen.</p> <p>Synpunkter eller anmälan om regelöverträdelse kan lämnas vid Informationen eller direkt till tävlingsledningen.</p> <p>Protester mot tävlingsledningens beslut kan lämnas till Informationen eller direkt till tävlingsjuryn.</p>
Fair play	<p>Varje löpare har eget ansvar att efter målgång inte dela med sig information om tävling, karta, banor och liknade till ledare eller löpare som ej startat i tävlingen. Uppladdning av egen GPS-tracking till Strava/LiveloX eller liknande tjänst får ske tidigast på kvällen kl. 12.40 och finaldagen kl. 12.15. Om det finns automatisk uppladdning i klocka/mobil och det är aktiverat måste det stängas av.</p>
Övrigt	
Liveservice	<p>Resultat och speakerljud kommer att finnas live. Se information och länkar på Eventor</p>
Studiebesök	<p>Studiebesökspaket bestående av besöksbricka, kartpaket och måltider. Ansvarig/värd: Gunnar Löfkvist.</p>

Huvudfunktionärer

Jury	Ordförande Anders Runander	Trosabygdens OK	070-568 3295,
	Lena Karlsson Holmer	IFK Mora OK	070-693 72 44
	Simon Dahlberg	OK Nolaskogsarna	076-831 41 46
Tävlingsledare	Johan Hallgren 070-200 41 01 johan.e.hallgren@gmail.com		
Biträdande tävlingsledare	Hans Carlsson		
Banläggare	Hans Carlsson 076-714 58 66		
Press/media Studiebesök	Gunnar Löfkvist 070-206 19 59		
Tävlingskontrollant	Leif Gustavsson, Dalarnas OF		
Bankkontrollant	Roger Larsson, OK Kåre		
SOFTs SM-ansvarig	Henrik Skoglund		
Tävlingscoach	Bosse Månsson		
IT-Coach	Åke Larsson		
Speaker	Ola Jodal		



storaenso



Bjursås Sparbank



FALUN



Falun
Energi
& Vatten



ARCTIC PAPER

coop KONSUM
BJURSÅS • GRYCKSBO