



Orienteringsklubben
OK Tjärnen

PM

för OK Nalles och OK Tjärnens veteranorientering den 10 april 2014.

Samling vid idrottsplatsen Hammarvallen i Flen. Vägvisning från Flens centrum.

Karta: Utsnitt ur Stenhammar i skala 1:7500 med 5m ekvidistans, reviderad 2013.

Terrängen har måttlig kupering och övervägande god framkomlighet. Ett flertal vägar och stigar finns i området. *Närmast bebyggelsen finns några nya små trampstigar, som ej finns redovisade på kartan.*

Fem banor finns att välja mellan: A=4,2 km, B=3,5km, C=3,1 km, D=2,7km och E =1,8km. Starttid mellan kl. 9.30 och 11.00. Avstånd till start är 100 m. Följ orange-vit snitsel. Obs ! Fri starttid.

Anmälan går till så här:

- 1) Betala anmälningsavgiften 50:- kr (inkl fika).
- 2) Välj bana.
- 3) Töm Din Sportidentpinne.
- 4) Registrera Din anmälan hos tävlingsadministratören.

Ombyte och dusch för damer vid fotbollsplanen och för herrar vid ishallen. Tag på och av dobbskor utomhus. Toaletter finns endast vid omklädningsrummen.

Målet är markerat med skärm och målskylt. Målstämpla där och gå till utstämpling vid incheckningen.

Kontrolldefinitioner finns både lösa och på tävlingskartan.

Fika, inklusive äggmacka, serveras vid fotbollsplanen.

Lycka till !

OK Nalles och OK Tjärnens veteraner