Ronneby OK
inbjuder till
SM Ultralång
med Elitserien och Silva Junior Cup
Söndagen 11 april 2010

Klasser	**D21**	**D20**	**H21**	**H20**
Banlängd	15 km	12 km	24 km	19 km
Beräknad segrartid	110 min	100 min	150 min	125 min

Klasserna D21 och H21 ingår i Elitserien 2010. Klasserna D/H20 delas upp i samtliga fyra juniorklasser avseende poängfördelning i Silva Junior Cup.

Stämplingssystem SportIdent. SI-Card 5 går ej att använda. Alla som inte anmäler användbar SI-bricka tilldelas automatiskt hyrbricka. Kostnad 40 kr.

Anmälan Oss tillhanda senast fredag 2 april kl. 24:00 via Eventor. Anmälningsavgift 400 kr, faktureras efter tävlingen. Anmälningsavgift för utländsk löpare betalas i samband med anmälan till BG 274-6964, BIC/SWIFT SWEDSESS, Iban-nr IBAN SE29 8000 0000 0735 8213 9026, eller vid tävlingsexpedition i samband med hämtning av deltagarkuvert.

Efteranmälan Mot 50% förhöjd avgift t o m onsdag 7 april kl. 24.00 via Eventor.

Tävlingsregler SOFT´s tävlingsregler gäller. SM-tävlingen är öppen för löpare som representerar svensk förening ansluten till SOFT. Silva Junior Cup och Elitserien är öppna även för utländska löpare. Ingen begränsning av deltagarantalet.

Samlingsplats Ettebro, vägvisning Rv 27, 12,5 km norr om Ronneby.

Parkering På anvisad plats. Avgift 20 kr. Avstånd P-Arena max 250 m. Bussar parkerar efter anvisning av funktionär. **(**OBS ev. förändringar pga väderläget meddelas på www.rok.nu)

Start Gemensam start klassvis på Arean med början kl. 10:30.

Spridningsmetod Spridning förekommer i samtliga klasser.

Startlistor och PM Publiceras på hemsidan www.rok.nu samt anslås på Arenan.

ELITSERIEN

SM Ultralång 2010

Silva Junior Cup

Karta	Ettebro, skala 1:15 000 ekv. 5 m. Nyritad 2009 av Kenneth Kaisajuntti. Offsettryckt.
Äldre karta	Beställs via kartor@rok.nu Kostnad 40 kr/st.
Terrängbeskrivning	Skogsmark med skogsvägar och stigar i normal omfattning. Området närmast Arenan består av kulturmark med betade ängs- och skogsmarker. Måttlig kupering. God till begränsad framkomlighet. Övervägande del granskog men även partier med lövskog förekommer. Området är mycket lämpligt för vägvalsorientering. Inom hela området förekommer områden med planteringar och kalhyggen med begränsad framkomlighet.
Omkl/dusch	Varmdusch utomhus vid Arenan.
Servering/Mat	Välsorterad marka på Arenan. Lunch ingår i anmälningsavgiften och serveras till alla SM-löpare. **Behov av specialkost måste beställas i samband med anmälan via e-post: sm@rok.nu**
Sportförsäljning	RA-Sport, Hyltebruk.
TräningSpaket	Träningspaket specialanpassade till SM Ultralång finns på http://www.karlsnasgarden.se/orientering
Logi	Arrangören tillhandahåller inte någon logi. Ingen uppställning av husvagnar vid TC. Vid Karlsnäsgården erbjuds husvagnsuppställning med möjlighet till el-anslutning. Logialternativ finns på www.rok.nu
Nationell tävling	Nationell medeldistanstävling arrangeras samtidigt som Ultralång-SM. Se särskild inbjudan.
Avlysning	Se www.rok.nu
Tävlingsledare	Lennart Smedenmark, 070-5715984
Tävlingskontrollant	Lars-Gunnar Bengtsson, Stigmännen-Karlshamns OK
Banläggare	Ingemar Eriksson, 070-5081725
Bankontrollant	Rune Bengtsson, Blof
Pressansvarig	Christer Svensson, 0738-545738

VÄLKOMNA!

ELITSERIEN

SM Ultralång 2010

Silva Junior Cup