



Söders SOL och OK Södertörn inbjuder till

DM Medeldistans

lördagen den 13 september 2008

DM Långdistans

söndagen den 14 september 2008

Klassindelning

Mästerskapsklasser: HD10-HD90
 Utvecklingsklasser för ungdom: U1-U4
 Övriga klasser: HD21Ö, HD17-20Ö
 Inskolningsklass: utan tidtagning
 Öppna klasser: lördag Ö1-2, Ö4-5, Ö7-8, söndag Ö1-Ö9

Löpare som ej representerar klubb inom stockholmsdistriktet hänvisas till icke mästerskapsklasser.

Båda tävlingarna ingår i StOF:s ungdomspriser (UP) samt Skogskarlarnas Juniorpriser (JP).

Samling

Sunnerby, 1 km norr om Sorunda kyrka. Vägvisning från väg 225 i Sorunda och på vägen mellan Grödbby och Sorunda.

Buss 858, hållplats Sunnerby Malm, snitsel 1 km till TC.

Det är samma TC båda dagarna.

Parkering

I anslutning till TC. Avgift 20 kr.

Anmälan

Via Klubben Online till resp. tävlingsdag senast söndagen den 7 september kl 23:59.

Efteranmälan

Via Klubben Online till resp. tävlingsdag senast onsdagen den 10 september kl 23:59.

Direktanmälan

För Öppna klasser och Inskolning anmälan kl 9:00-11:30 på resp. tävlingsdag. Fri start kl 10:00-12:00.

Avgifter per tävling

Ungdom t.o.m. 16 år 50 kr och övriga 80 kr. Gäller även för Direktanmälan.
 Efteranmälan 50% högre avgift.
 I mästerskapsklasserna tillkommer en extra avgift på 7 kr för DM-plaketterna.
 Avgifterna faktureras i efterhand.

Banlängder DM Medel (lördag)

Klass	Längd	Klass	Längd	Klass	Längd
H90	2,2	D75	2,2	H21Ö	4,5
H85	2,2	D70	2,2	D21Ö	3,6
H80	2,2	D65	2,2	H17-20Ö	3,5
H75	2,3	D60	2,3	D17-20Ö	3,2
H70	2,8	D55	2,3		
H65	2,8	D50	2,8		
H60	2,9	D45	2,9	Öppen 1	2,3
H55	3,3	D40	3,3	Öppen 2	3,2
H50	3,3	D35	3,3	Öppen 4	3,3
H45	3,7	D21	4,3	Öppen 5	4,1
H40	3,8	D20	3,4	Öppen 7	3,2
H35	4,1	D18	3,4	Öppen 8	5,1
H21	5,4	D16	3,2		
H20	4,2	D14	2,6		
H18	3,8	D12	2,4		
H16	3,5	D10	2,2	U4	2,6
H14	3,3			U3	2,3
H12	2,4			U2	2,4
H10	2,2			U1	2,2
				Inskoln	1,5

Banlängder DM Lång (söndag)

Klass	Längd	Klass	Längd	Klass	Längd
H90	2,4	D80-	2,6	H21Ö	8,2
H85	2,4	D75	2,6	D21Ö	4,9
H80	2,4	D70	2,6	H17-20Ö	5,2
H75	3,2	D65	2,9	D17-20Ö	4,2
H70	4,2	D60	3,5		
H65	4,4	D55	3,5	Öppen 1	2,5
H60	4,5	D50	3,5	Öppen 2	3,1
H55	5,0	D45	4,0	Öppen 3	4,7
H50	5,7	D40	4,0	Öppen 4	3,1
H45	6,1	D35	5,0	Öppen 5	4,1
H40	6,8	D21	7,4	Öppen 6	5,2
H35	8,1	D20	5,7	Öppen 7	2,9
H21	13,3	D18	4,5	Öppen 8	4,9
H20	8,1	D16	4,0	Öppen 9	8,2
H18	7,4	D14	3,5		
H16	5,0	D12	3,1		
H14	4,0	D10	2,7	U4	3,5
H12	3,1			U3	3,1
H10	2,7			U2	2,3
				U1	2,4
				Inskoln	2,5

Karta

Ytreviderad 2008.

DM Medel (lördag) Skala 1:10.000 i samtliga klasser.

DM Lång (söndag) Skala 1:15.000 för klasserna HD16-HD35,
1:10.000 för övriga.

Kartan är digitaltryckt av BL Idrottsservice (SOFT Certifierad).

Terrängbeskrivning DM Medel (lördag)	<p>Terrängtyp: Skogsmark. Planbilden består dels av ett område med rikt stig- och skogsbilvägnät samt ett mindre antal sankmarker, dels av ett mera detaljrikt område med mindre stig- och vägnät. Ett fåtal några år gamla hyggen förekommer.</p> <p>Kupering: Ringa till svag kupering för ungdom och de äldsta. För övriga klasser dessutom måttlig kupering med detaljrika sluttningar.</p> <p>Framkomlighet: Vegetationen består i huvudsak av barrskog med stort inslag av tall. Framkomligheten är god förutom i områden med tät skog som är markerade på kartan.</p>
Terrängbeskrivning DM Lång (söndag)	<p>Terrängtyp: Skogsmark. Planbilden består av ett rikt stig- och skogsbilvägnät samt ett mindre antal sankmarker. Detta område utnyttjas för ungdomsbanor och de äldsta klasserna. Övriga banor går i terräng med mindre stig- och vägnät och med ett större inslag av såväl nya och gamla hyggen som sankmarker. Genom detta område går en allmän väg och en större kraftledning från NV till SO.</p> <p>Kupering: Ringa till svag kupering för ungdom och äldre. Måttlig till stark kupering med detaljrika sluttningar för övriga banor.</p> <p>Framkomlighet: Vegetationen består i huvudsak av barrskog med stort inslag av tall. Framkomligheten är god förutom i områden med tät skog och äldre /nya gallringar som är markerade på kartan.</p>
Start	Första start kl 10:00 båda dagarna. HD21Ö, HD17-20Ö, Inskolning, U-klasser och Ö-klasser har fri start 10:00-12:00. Efteranmälda i klasser utan fri start startar före första ordinarie start. Avstånd till start max 1.300 m båda dagarna.
Stämplingssystem	Sportident. Ange bricknummer vid anmälan. Bricka av typ 9 kan inte användas. Hyra av brickor på TC, kostnad 25 kr. Förlorad hyrbricka debiteras klubben.
Service	På TC finns tempererad dusch utomhus, servering, sportförsäljning, miniknat och barnpassning (miniålder 2 år).
Upplysningar	olle.blomgren@bostream.nu, 070-548 18 21

**Välkomna till en DM-helg i klassisk
södertörnsterräng önskar**

