

PM STAR 2019

Varmt välkommen till Stockholm Adventure Race 2019! I år arrangeras tävlingen av Stockholm Multisportklubb på Ängsjö friluftsgård i norra Järfälla. Nedan kommer info till dig som deltagare inför tävlingen. Stort tack till Järfälla kommun som låter oss hålla till på Ängsjö. Utan er, ingen tävling!

Plats: Ängsjö friluftsgård

Hitta hit: <http://tiny.cc/sxtycz>

Parkering: Det finns gott om parkering i anslutning till arenan. Det är ok att köra bilen och lasta av kanot vid tävlingscentrum om bommen vid parkeringen är öppen, men parkering ska därefter ske på anvisad yta.

Tävlingscentrum: Tävlingscentrum ligger mellan parkeringen och vattnet. Följ vägen över fältet från parkeringen och håll vänster mot vattnet.

Klasser: Tre eller sex timmar. Mixlag klassas som tävlingsklass, alla andra lagsammansättningar samt tretimmarsklassen klassar vi som motionsklass.

Samling: Tävlingscentrum öppnar 08:30 för deltagarna 6h-klassen. 3H-klassen har tävlingsgenomgång 12:20 och förväntas därefter vara klara för start 13:00. Kom i tid.

Start: Gemensam start klockan 10:00 för 6h-klassen. Gemensam start för 3h-klassen klockan 13:00.

Tider:

- Startområdet öppnar klockan 08:30
- Obligatorisk tävlingsinformation 09:30(6h)/12:20(3h)
- Tävlingsstart 10:00(6h)/13:00(3h)
- Målgång för samtliga klasser senast 16:00
- Prisutdelning 17:00

Format: STAR 2019 arrangeras som poängorientering sk "rogaining". Deltagarna samlar poäng under den tidsrymd som anges på aktuell karta. Efter klockan 16:00 tilldelas 10 minuspoäng per påbörjad minut.

Startkit: Delas ut från klockan 08:30 i tävlingscentrum. Kuvertet innehåller nummerlappar och en SI-enhet per lag. Borttappad SI-enhet debiteras med 500kr. Kartor fås löpande under tävlingens gång.

Kartor: Kartorna är giltiga under den tid som anges på respektive kartas kontrolldefinition. Första kartan erhålls i startögonblicket av tävlingsledningen. Kartan hämtas av en i laget i ett speciellt område i växlingsområdet som öppnas av tävlingsledningen på utsatt tid. Det framgår av kartan vilken disciplin som gäller för sträckan, samt de olika kontrollernas poängvärde. Kartan återlämnas vid växling.

Växling: Tiden på kartan anger när det är dags att växla. Lagen vill inte växla senare än utsatt tid eftersom tid då förspills som hade kunnat användas till att samla poäng på nästa karta. Efter 16:00 delas dessutom 10 minuspoäng ut per påbörjad minut om laget inte passerat mållinjen och stämplat för målgång. Vid växling öppnar tävlingsledningen kartytan i växlingsområdet vilket ger tillgång till nästa karta.

Kontroller: Förekommande kontroller är orienteringsskärm med SI-stämpling eller klämma, bokkontroller eller fotokontroller. Bokkontrollerna fungerar som så att man river ut en sida som överensstämmer med lagets startnummer. Fotokontrollerna ger bonuspoäng och fungerar så att lagen kommer hitta kontroller med information om bonuspoäng. Ta en bild på laget någonstans utmed banan och läggs upp på instagram innan 16:00 med hashtag #STAR2019, kontrollens unika hashtag, #lagetsnamn samt @stockholmmultisportklubb taggad.

Förbjudna områden: Förbjudna områden markeras på kartan med röda kryss eller röda streck, all odlingsmark samt tomtmark är förbjudna områden. Vägar med biltrafik är förbjudet område på cyklingsetapperna.

Tävlingen är osanktionerad vilket innebär att du som deltagare skall visa hänsyn till andra människor och djur som rör sig i arenan.

Utrustning:

Medtag utrustning för:

- Löporientering
- MTB-Orientering
- Paddling. Tillåten båt är surfski/kajak enkel eller dubbel alternativt kanadersare/acron-kanot

Obligatorisk utrustning:

- Cykelhjälm knäppt på huvudet under hela cykeletapperna
- Flytväst på paddlingen
- Fulladdad mobiltelefon med kamera packad vattentätt, en per lag med nummer till tävlingsledningen inlagd i kontaktlistan
- Första förband, ett per deltagare
- Visselpipa, buren i alla lägen en per deltagare
- Nummerlapp

Det kommer finnas möjlighet att fylla på med dricksvatten i växlingsområdet, energi ansvarar lagen själva för att planera och ta med till tävlingen. Det kan vara klokt att ta med utrustning för enklare cykelreparation typ byte av slang, extra länk till kedjan osv.

Lånebåtar: Kajaksidan.se lånar ut sin demoflotta till oss på tävlingsdagen. Det fanns femton båtar att låna, och du som hann boka en båt innan boningen stängde kommer kunna låna en båt på tävlingsdagen. Är du osäker fråga gärna via PM eller mejl. Vi tar med båtarna till tävlingscentrum.

Du som lånar en båt kommer få skriva på en ansvarsförbindelse. Det är egentligen inga konstigheter, men vi vill att du ta ansvar för skador på båten du lånar om olyckan skulle vara framme. Ett underliggande roder t.ex. kostar 2000Kr att ersätta om du kör på något med båten under tävlingen. Lånet är gratis, skador däremot kommer du behöva ersätta. Med sunt förnuft och eftertanke bör detta dock inte bli ett problem.



Första hjälpen: Deltagare ansvarar för att göra det första omhändertagandet själva. Första förband är obligatoriskt för alla deltagare i alla tävlingens delar. Om olyckan är framme larma (112) och kontakta därefter tävlingsledaren. Se nummer nedan.

Dusch: Finns inte

Toalett: Bajamaja finns på tävlingsområdet

Servering/försäljning: Nej

Priser: Vinnande lag i 6h klassen vinner startplats valfri tävling arrangerad av Stockholm multisport

Protester: Invändningar på resultat tas emot av tävlingsledningen senast en timme efter målgång

Tävlingsledare: Tomas Hellman, nås på 070 264 26 92

190924 v1.5