



Högbo Multi 2017

PM

Varmt välkommen till årets upplaga av Högbo Multi den **8e juli** 2017.

Datum: 8 juli 2017, start 10:00

Plats: Högbo Bruk Sandviken, vägvisning från väg 272 ner till stor grusparkering. Fri parkering, ingen avgift. Följ skyltar ca 200m till arenan.

OBS. Deltagare med egen kanot kör förbi parkeringen upp till kanotcentralen intill arenan för avlastning och kör sedan tillbaka och parkerar.

Arena: Består av:

- En kanotcentral med flera bryggor för i/upptagning av kanot. Innan start placeras kanoterna ut på stranden där ovanför. Paddlar och flytvästar kan ligga i kanoterna när de inte används.
- En varvningsfälla som leder förbi markerade utrymmen där varje lag kan förvara utrustning energi mm. Fritt val av plats.
- En målfälla
- En traillöpnings-slinga som tar löparna mellan kanotcentralen och övriga arenan.

Startprocedur: Gemensam start för alla klasser på arenan klockan **10:00**.

Lag: 2-mannalag

Klasser: Dam, Herr och Mix. Alla klasser tävlar på samma banor.

Tävlingsform: Tävlingen genomförs med gemensam start över ett antal tävlingsmoment där första lag att korsa mållinjen efter alla moment står som segrare.

- **S1 Prolog Löp-Rogaining - 15 min**

Löpning där lagen ska besöka ett antal kontroller i **valfri ordning**. Alla kontroller på kartan måste besökas. Stämpling sker med klassisk stiftklämna i stämpelkort som ska medtas. Vid varvningen lämnas stämpelkortet till arrangören för kontroll innan laget fortsätter med nästa moment.

- **S2 Traillöpning - 5 min**

Löpning till kanotcentral.

- **S3 Kanot-O - 45 min**
Paddling i kanot där kontrollerna på kartan ska besökas i rätt ordning.
OBS. alla lag måste passera Ålhusdammen två gånger. Rullar finns på marken för hjälp. Vid möte har laget med bäst placering företräde.

- **S4 Traillöpning - 5 min**
Löpning till arenan

- **S5 MTB-O - 65 min**
Cykling på stigar och vägar där kontrollerna på kartan ska besökas i rätt ordning.
OBS. alla lag passerar flera trafikerade vägar där "vanliga" trafikregler gäller! Var försiktiga och uppmärksamma!

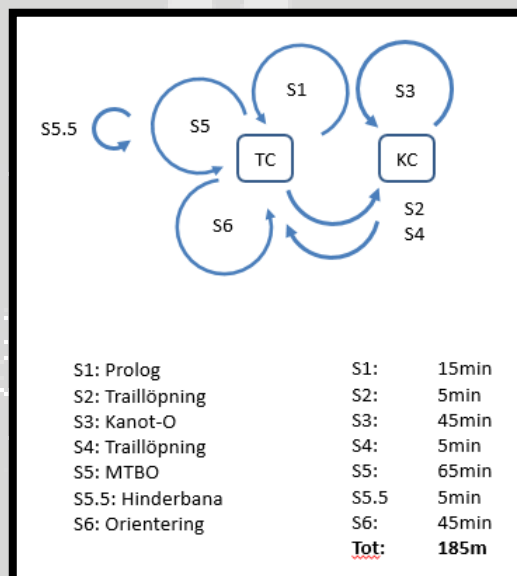
- **S5.5 Hinderbana - 5 min**
Vid sista kontrollen på MTBO-momentet visar arrangörer en hinderbana som ska passeras.

- **S6 Orienteringslöpning - 45 min**
Löpning på stigar och i terräng där kontrollerna på kartan ska besökas i rätt ordning.

OBS. Tävländande sker på eget ansvar och egen risk.

Segrartid: ca 3h.

Skiss:



Kartinformation: Alla moment förutom traillöpningen och hinderbanan genomförs med karta på ej uppmärkta banor. Istället ska deltagarna orientera sig via valfri väg till kontrollerna som utgör banan på kartan.

Kartorna delas ut gemensamt till alla lag **09:15**. Två uppsättningar per lag, plastficka ingår. Samtidigt sker utdelning av nummerlappar. Ta med egna säkerhetsnålar, tänk på miljön! Lag med mycket bra ursäkt får säkerhetsnålar.

Orienteringens svårighetsgrad är av enklare karaktär. "Gul" svårighet med inslag av "Orange".

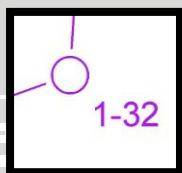
På Orienterings- och Kanot-O-momenten används kartnormen för vanlig orienteringslöpning. Nyritad karta under 2016-2017. Skala 1:10000. Se länk till symbolbeskrivning nedan: (Finns ej på kartan)
<http://beta.orientering.se/documents/1/Karttecken.PDF>

På MTB-O-momentet används kartnormen för just MTB-orientering. Nyritad karta under 2017. Skala 1:12500 Se länk till symbolbeskrivning nedan: (Finns ej på kartan)

<https://eventor.orientering.se/Documents/Event/28607/1/MTBO-Kartecken>

Tidtagningssystem:

Som stämplings- och tidtagningssystem används Sportident. En SI-bricka per lag används. Stämpling sker i elektronisk enhet som har ett nummer vilket framgår av kodsiffran som står skriven bredvid kontrollnumret.



OBS. SI5 och SI8 KAN ANVÄNDAS, Ändrat sen Inbjudan. Lag som bokat hyra av pinne och betalat för detta men som har SI5 eller SI8 får den avgiften tillbaka. Mail kommer ut om detta.

Löparna stämplar med SI-brickan vid alla kontroller utom vid de på Prolog-Rogainingen, där stiftklämma används.

OBS. Båda deltagarna måste alltid vara tillsammans och båda måste därmed besöka alla kontroller, även om bara en stämplar.

Varvning: När ett moment avslutas, d.v.s en bana visar vägen till målringen på arenan eller löparna kommer från kanotcentralen via traillöpnings-slingan, ska **alltid** kontrollen som inleder varvning/målfällan stämplas i.

Särskild info Kanot: Endast kanadensare är tillåtna och endast enkel-paddlar är tillåtna. Deltagarna måste ha flytväst för att få starta. Deltagare som hyrt kanotutrustning hämtar själv ut denna ur förråden på kanotcentralen enligt anvisningar från arrangör. Deltagare med egen kanot kan köra dessa ända fram till kanotcentralen.

Särskild info MTB: Alla typer av cyklar är tillåtna, banorna går dock ofta på knixiga stigar vilket gör att en väldämpad MTB är bäst lämpad. Deltagarna måste använda **hjälm** för att få starta. **OBS.** Cyklarna måste medföras under hela cykelmomenten och får aldrig lämnas. Det är dock tillåtet både att föra cykeln fram till fots samt att gena mellan stigar och vägar i obanad terräng.

Särskild info Löpning: Under löpmomenten kommer det erbjudas möjligheter till vägval där simning krävs. Detta är fullt tillåtet!

Övrigt: Längs med Pay & Ski-spåret står trästaket och nätstaket utplacerade vilka ej är redovisade på kartan. Dessa kan vara svåra att passera med cykel men det är tillåtet att passera dessa var som helst.

Förbjudna områden: Är de områden som på kartan markeras med violett raster, "Förbjudet område" (T.ex. gofbanor) samt vägar överkryssade med violetta kryss. (T.ex delar av väg 272) Dessutom är olivgrön "tomtmark" alltid förbjudet att passera. Observera att på MTB-O-momentet är en vägpassage med en bro markerat som förbjudet

område, detta är för att bron är farlig och kan rasa. Passage medför inte bara diskvalificering utan också en fara!

Hyra av utrustning: Följande utrustning kan hyras av arrangören:

- **Kanot**, kanadensare med enkelpaddel inklusive flytvästar
- **MTB**, för hyra av MTB rekommenderas att ta kontakt med Högbo Brukshotell.
<http://www.hogbbrukshottell.se/mtb/hyra-av-cykel/>
- **SI-bricka**, för tidtagning och sträcktider.
- **Kartställ**, inget krav, men ett mycket bra hjälpmedel som monteras på cykelstyret och håller kartan samt kan roteras.

Avgifter:

- Anmälan till och med 2a juli: 350kr/ lag
- 3e juli-tävlingsdagen: 500 kr/lag
- Hyra kanot: 300 kr/kanot
- Hyra SI-bricka 20 kr/lag (Borttappad SI-bricka debiteras deltagaren med 300kr.)
- Hyra kartställ: 100 kr/person

Öppna MTB-O banor: Nytt för i år är att det kommer finnas möjlighet att direktanmäla sig och köra MTB-O. Två olika banor erbjuds med start från **9:30**:

ÖM Lång: 15 km.
ÖM Kort 8 km.

Avgift:

- 50 kr/person

Avgifterna betalas i samband med anmälan till OK Hammarens **bankgiro 5459-1268** ange **lagnamn** vid betalning!

Betalning kan även ske på plats i form av kontant eller swish.
Omklädning och dusch: Inomhus i OK Hammarens klubbstuga, i anslutning till arenan och parkeringen. Bastu finns.

Prisutdelning: Prisutdelning till de 3 främsta i samtliga klasser inom kort efter målgång. Äventyrarna och Högbo brukshotell sponsrar med priser.

GPS-analys

För er som tävlar med GPS-klocka kommer det efteråt finnas möjlighet att ladda upp rutten på Livelox och jämföra vägval med andra tävlande.

Mer info, startlistor mm:

Startlistorna publiceras på hemsidan torsdag kväll, 6/7. Där finns också diverse annan information.

www.hogbomulti.se

Arrangörer och kontakt:

Fredrik Ahnlén, 073-9080333,
fredrik.ahnlen@gmail.com
Kevin Ståhl, 0732421450,
kevinstahl1@gmail.com
Håkan Carlberg, 0705425047 ,
hakan.carlberg@sandvik.com

Varmt välkomna önskar OK Hammaren