

Uppdaterad 24.7.2025, 31.7.2025. Förändringar utmärkta med **rött**.

TÄVLINGSDIREKTIV FSOM, långdistans 2.8.2025

Arrangör: If Sibbo-Vargarna

Funktionärer:

Tävlingsledare: Milla Laurila (050-4146863), milla.laurila(at)oktrian.fi

Vice tävlingsledare: Rita Wickholm

Banläggare: Timo Lintula

Kartritare: Flera kartritare, uppdatering Kaj-Olof Lindgren 2024-2025

Tävlingskontrollant: Anders Westerlund, OK77

Bankontrollant: Kristian Forsell, OK Raseborg

Resultatservice: Kokkens

Informatör: Rita Wickholm (050-5758707), orientering(at)sibbo-vargarna.fi

Tävlingsjuryn: Ordförande Matti Janlöv If Åland, medlemmar Mårten Lindroos Kimito

Sportförening, Raisa Sell OK77

Slutgiltiga tävlingsdirektiv publiceras på informationstavlan vid tävlingscentralen på tävlingsdagen.

Deltagar rätt: Rätt att delta i FSOM-tävlingar har orienterare med representationsrätt i FSO-förening. Orienterare utan tävlingslicens får delta. Motionsorienteringen är öppen för alla.

Anmälan till tävlingen sker via IRMA, där också anmälningsavgiften betalas. Sista anmälningsdagen är söndagen den 27.7.2025. Ingen efteranmälan. Anmälan till motionsorienteringen sker vid Info på tävlingsplatsen.

Regler: I tävlingen följs Finska Orienteringsförbundets grenregler samt FSO:s specialdirektiv för FSOM. Deltagandet sker på egen risk.

Mästerskapsklasser: H/D21, H/D35, H/D40, H/D45, H/D50, H/D55, H/D60, H/D65, H/D70, H/D75, H/D80, H/D85, H/D90, H/D20, H/D18, H/D16, H/D14, H/D12.

Icke-mästerskapsklasser: H/D10RR, RR-öppen, HD12-öppen. I de öppna klasserna kan man delta med vuxen, kompis eller ensam. Ingen åldersgräns i dessa klasser.

Tävlingscentral: Böleberget, Jokivarsivägen 266, 04130 Sibbo. Tävlingscentralen öppnas kl. 9.00.

Vägisning: Vid väg 1521 då man kommer från Lahtisvägen (från väster), varifrån köravstånd ca 4 km. Vid väg 1521 då man kommer från Nickby (från öster), varifrån köravstånd ca 5 km.

Parkering: Parkering längs med Johannebergsvägen, avstånd till tävlingscentralen 500–1500 meter. Parkeringsavgift för personbil är 5 euro, vilket täcker båda dagarna (lö-sö). För husbil eller husvagn är parkeringsavgiften 10 € för båda dagarna, övernattning lö-sö tillåten. Parkeringsavgiften betalas till Infon.

Terräng: Fina lättlöpta och detaljerade bergspartier med omväxlande sikt, ställvis stora höjdskillnader framförallt för de längre banorna, men även delvis stigriga områden.

Karta: Utskriftskarta 7/2025, skala 1:7500 i klasserna H/D45-90 samt H10/D10-14. Övriga klasser

har 1:10000. Kartan är i plastfodral. Kartorna samlas in efter målgång och returneras efter stafettens omstart föreningsvis.

Stämplingssystem och modellkontroll: Emit stämplingssystem används. Lånebricka reserveras för dem som inte anmält emitnummer, avgift 5 euro/dag. Ifall lånebrickan inte returneras tas en avgift på 90 euro. Ändring av Emitnummer meddelas till Info före tävlingen. Modellkontroll finns i tävlingscentralen.

Tävlingsnummer: Tävlingsnumror är obligatoriska för alla deltagare förutom i motionsklasserna. Tävlarna ansvarar själva för att de har med sig säkerhetsnålar och att de tar rätt nummer och fäster nummerlappen på tröjan. Nummerlapparna finns vid startplatsen.

Kontrollangivelser: Lösa kontrollangivelserna fås i startfållan. Tävlarna bör ha med sig eget fordral för angivelserna. Angivelserna finns också på kartan.

Skor och tävlingskläder: Spikskor är förbjudna. I övrigt fri klädsel. Ingen klädtransport från starten.

Förbjudna områden: Förbjudna områden anges på kartan med olivgrönt eller violett (enhetlig färg eller raster).

Vätskekontroll: Bemannade dryckeskontroller finns i terrängen.

Första hjälp: Första hjälp i tävlingscentralen.

Banlängder: Alla klasser enligt FSO:s direktiv för FSOM rekommenderade idealtider. Separat tabell publiceras på tävlingssidan.

Startordningen i H/D21: Startordningen i klasserna H21 och D21 bestäms på basis av den före anmälningstidens utgång senast uppdaterade online-rankingen på så sätt att deltagare med bästa rankingpoäng startar sist och den med sämsta rankingpoäng först. Deltagare utan rankingpoäng lottas in så att de startar före de med rankingpoäng. I övriga klasser lottas startordningen.

Start: Första start kl. 11.00. Snitseln till starterna börjar från tävlingscentralens infopåle. Vid starten finns tävlingsnummer, startlistor och Emit-backuplappar. I tävlingen finns tre startplatser för de olika klasserna enligt följande.

- Start 1, belägen 750 m från infopålen i tävlingscentralen: H16–65 ja D16–55
- Start 2, belägen 750 m från infopålen i tävlingscentralen: H14, H70–90, D14, D60–90
- Start 3, belägen 600 m (varav 350 m i skog) från infopålen i tävlingscentralen: H/D12, H/D10RR, HD12 -öppen, RR-öppen

Start 3 är i en annan riktning än start 1 och 2.

Motionsorienteringens start (start 4) är 250 m från infopålen, och är åt samma håll som start 3.

Startprocedur för start 1 och 2

- 5 minuter före start: Tävlarna kallas vid namn till startfållan.
- 4 minuter före start: Tävlarna får ta sina lösa kontrollangivelser klassvis.
- 3 minuter före start: Emit-brickan nollställs.
- 2 minuter före start: Modellkartan visas. I klasserna H/D14 med K-punkten inritad på modellkartan.

- 1 minut före start: Tävlarna går fram till kartorna klassvis. Tävlarna i klasserna H/D14 får ta sin karta och bekanta sig med banan.
- Vid startsignalen (0) tar också de övriga tävlarna sin karta och alla som startar beger sig ut på banan. Tidtagningen börjar.

Startprocedur för start 3

- Före startfållan: Tävlarna tar sin nummerlapp. Tävlarna i klasserna H/D12 tar sina kontrollangivelser.
- 5 minuter före start: Tävlarna kallas vid namn till startfållan. Modellkartan visas. I klasserna H/D10RR finns tävlingsbanan på modellkartan. I klasserna H/D12 med K-punkten inritad på modellkartan.
- 4 minuter före start: Starttid, tävlingsnummer och Emit-nummer kontrolleras.
- 3 minuter före start: Emit-brickan nollställs.
- 2 minuter före start: Tävlare i klasserna H/D10RR får sin karta och instruktioner. Tävlarna i klasserna H/D12 får se modellkartan med K-punkten.
- 1 minut före start: Tävlare i klasserna H/D10RR studerar kartan och banan. Tävlare i klasserna H/D12 får ta sin karta och bekanta sig med banan.
- Vid startsignalen (0) beger sig alla som startar ut på banan. Tidtagningen börjar.

Specialdirektiv för RR-banor: RR-rutten är utmärkt i terrängen med ett enhetligt vitt band och på kartan med orange linje. Kontrollerna är belägna längs med rutten. Rutten behöver inte följas, med undantag för rutten från sista kontrollen till målet, vilken på kartan är märkt med violett bruten linje. Kontrollerna är märkta med koderna RR1, RR2 o.s.v. Varje felaktig eller saknad stämpling i RR-klassen leder till 10 min extra tid i sluttiden. Man blir inte diskvalificerad. Man måste stämpla på kontrollerna i nummerordning.

Sista kontrollen: Sista kontrollen är samma för alla tävlare. Man får stämpla på vid vilken stämpelenhet som helst vid sista kontrollen. Alla måste följa snitseln från sista kontrollen till mål. Målstämpling på mållinjen.

Målgång: Målstämpling görs på mållinjen. Målet stängs kl. 15.30.

Avbrytning: Tävlare som avbryter bör anmäla sig i målet.

Priser: Prisutdelning ca kl. 14.30. I samtliga mästerskapsklasser premieras de tre främsta med medaljer. I H/D21, H/D20, H/D18, H/D16, H/D14, H/D12 ges dessutom plaketter åt 4-6 bästa. I alla klasser får segraren därtill ett hederspris. I klasserna H/D10RR, H/D12, HD12-öppen och RR-öppen får alla deltagare pris.

Tvätt och toalett: Ingen tvätt i tävlingscentralen. **Duschmöjlighet på lördagen i Ishallens omklädningsutrymme 2 mellan kl. 14-16, adress Idrottsvägen 2 B, Nickby.** I tävlingscentralen finns bajamajor. Ingen toalett i starten.

Föreningstålt: Föreningstålt får ställas upp på anvisad plats i tävlingscentralen.

Servering på tävlingscentralen: Cafeteria tillgänglig, även varm mat till salu.

Motionsbanor: A- och B-motionsbanor. **Startavgift**, över 18 år 12 euro och under 18 år 7 euro. Start kl. 11.00-12.00. **Motionsorienteringen betalas vid Info, varefter deltagarna får ett kvitto över betald avgift. Kartan fås mot kvittot från motionsorienteringens start (start 4), som är 250 m från**

infopålen. Målet är på samma ställe. Kartorna samlas in efter målgång och returneras efter stafettens omstart vid Info. Målet stängs kl 14.00. Alla deltagare måste gå via motionsorienteringens mål, det är inte tillåtet att gena via tävlingscentralen.

Muksula: Vid tävlingscentralen finns Muksula. Anmälan senast 27.7.2025 till Martina Isoniemi, martinaisoniemi(at)gmail.com. Meddela barnets namn och ålder. **Muksula ordnas inte pga ingen förhandsanmälan.**

Försäljning av sportartiklar: Vid tävlingscentralen finns Suunnistajan kauppa.

If Sibbo-Vargarna önskar alla deltagare lycka till och framgång i tävlingen!