

TÄVLINGSDIREKTIV FSOM, långdistans 1.8.2026 och stafett 2.8.2026

Arrangör: Solf IK

Funktionärer:

Tävlingsledare: Rosmarie Finne 050-5444045, [rosmarie.finne\(at\)agrolink.fi](mailto:rosmarie.finne(at)agrolink.fi)

Vice tävlingsledare: Virpi Snickars

Banläggare i långdistans: Virpi Snickars, Fia Snickars, Robin Udell

Banläggare i stafett: Caj Snickars, Virpi Snickars, Robin Udell

Kartläggare: Caj Snickars, 2025-2026

Tävlingskontrollant: Esko Pensas, Laihian Luja

Bankontrollant: Arto Puro-Aho, Ylistaron Kilpa-Veljet

Resultatservice: Resultfellows, Kåre Säs

Informatör: Rosmarie Finne 050-5444045, [rosmarie.finne\(at\)agrolink.fi](mailto:rosmarie.finne(at)agrolink.fi)

Tävlingsjuryn i långdistans:

Ordförande: Robert Lillhonga, GIF

Medlemmar: Catarina Von Frenkell, OK Raseborg

Petter Åbacka, Närpes OK

Tävlingsjuryn i stafett:

Ordförande: Christoffer Granholm, IF Femman

Slutgiltiga tävlingsdirektiv publiceras på informationstavlan vid tävlingscentralen på tävlingsdagen.

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

Anmälan till tävlingen sker via IRMA, där också anmälningsavgiften betalas. Sista anmälningsdagen är söndagen den 26.7.2026. **Ingen efteranmälan.** Anmälan till motionsorienteringen sker vid Info på tävlingsplatsen.

Regler: I tävlingen följs FSOM- direktiv och SSL:s grenregler. Deltagandet sker på egen risk.

Tävlingscentral: Musan, Långmossen, Korsholm. Tävlingscentralen öppnas kl. 9.00 på lördag och på söndag kl. 8.00.

Vägvisning: Från korsningen Strandvägen och Långmossvägen, ca 10 min till parkeringen. GPS adress: Strandvägen 577, Korsholm.

Parkering: FinneFarm, Långmossvägen 419, 65450 Solf. Åkerparkering, avstånd till tävlingscentralen 900–1200 meter. Parkeringsavgift för personbil är 5 euro/dag. Parkeringsavgiften betalas till Infon. Utan parkeringsbiljett, dubbel avgift vid utkörning, jämna pengar eller mobilepay. (Reservparkering längs vägkanten på Långmossvägen , 1,5-2,0 km från TC)

Föreningsbussarnas avlastning sker vid Långmossvägen 463, därifrån 1,4 km till TC längs vägen. Bussparkeringen på hårt underlag ca 2,1 km från avlastningsplatsen.

Meddela om ankomst med buss eller husbil. Whatsapp 050-5444045 (Rosmarie) så reserverar vi parkeringsplats åt er.

Transport för 85-åringar och äldre till TC och tillbaka: Meddela transportbehov till Rosmarie Finne, Whatsapp 050-5444045. På lördag avfärd till TC kl. 8.10 och kl. 8.30. Retur till parkeringen ca 15.30 efter avklarad prisutdelning. På söndag avfärd till TC kl. 8.00 och retur efter avklarad prisutdelning.

Transport för föreningstälte och barnvagnar: Kolla ovanför tidtabellen. Långmossvägen 419 finns transportskylt vart man kan lämna föreningstälte och barnvagn före avfärddiden.

Inmarsch: Ordnas på lördag 1.8.2026 kl. 9.45 från korsningen utanför TC, och sen går invigningståget (föreningsvis) genom FSOM- porten till TC.

Fotografering: Fotografering under tävlingarna. Om du vill att en bild på dig tas bort, kontakta: ol.solfik@gmail.com

Terräng: FSOM 2026 bjuder på utmanande orientering i varierande terräng. Hela området består av ekonomiskog med ett nätverk av skogsbilvägar och några större tekniskt utmanande bergsområden. Framkomligheten är till en stor del bra, men tung. Kärren har högt getpors och berg i dagen på kartan är renlaven i terrängen. Diken är breda, så man får fundera på vägval. Alla traktorspår finns inte på kartan utan endast de tydligaste.

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 används i klasser H/D14-55 på lördag, resten av klasserna är utan. Lördagens nummer hittar man från TC bredvid infon. I stafetten använder alla klasser nummer. Tävlade ansvarar själva för att de har med sig säkerhetsnålar och att de tar rätt nummer och fäster tävlingsnummer på tröjan. Tävlingsnummer fås föreningsvis från infon.

GPS-uppföljning: Gps-uppföljning används, de tävlade som valts ut för uppföljning publiceras på tävlingens webbplats.

De tävlade i långdistansen som följs hämtar GPS-väst och spårningsenhet i närheten av startplatsen i god tid innan de kallas till 4-minuterslinjen och i stafetten hämtas den närheten av startområdet. Västen och enheten lämnas in vid målgång. Det är även tillåtet att använda egen GPS-väst.

Skor och tävlingskläder: Spikskor är förbjudna. I övrigt fri klädsel.

Förbjudna områden: Förbjudna områden anges på kartan med olivgrönt eller violett raster.

Vätskekontroll: Finns i terrängen. Serveras vatten.

Första hjälp: Första hjälp finns i tävlingscentralen båda dagarna och vid en vätskekontroll i terrängen på lördag. På söndagen finns en första hjälppunkt utmärkt på kartan.

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 bruten violett 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 kontroller 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 i målet.

Avbrytning: Tävlare som avbryter bör anmäla sig i målet.

Tvätt och toalett: Det finns dusch och Kaj-bastu (gemensam för damer och herrar) i tävlingscentralen. I tävlingscentralen finns bajamajor. Ingen toalett i starten. En bajamaja vid parkeringsområdet.

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

Servering på tävlingscentralen: Cafeteria tillgänglig, även varm mat till salu. Maten bör förhandsreserveras senast 26.7 <https://forms.gle/4mfM9Vcs1GhawtfT9>

Barnpassning: Vid tävlingscentralen finns Muksula. Anmälan senast 27.7.2025 till Rosmarie Finne, Whatsapp 050-5444045. Meddela barnets namn och ålder.

Försäljning av sportartiklar: Vid tävlingscentralen finns Suunnistajan kauppa.

Långdistans 1.8.2026

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.

Karta: Den digitaltryckta tävlingskartan 6/2026 har skalan 1:7500 i klasserna D45-90, H50-90 samt H10/D10-14. Övriga klasser har 1:10 000. Kartan är i plastfodral. Kartorna samlas in efter målgång och returneras föreningsvis efter stafettens omstart på söndag. Motionsbanorna får behålla kartan vid målgång.

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

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. Blå-Gul snitseln till starten börjar från tävlingscentralens infopåle, cirka 1000 m längs väg, åker(följ snitsling) och genom skog med långsam framkomlig, gående 15-20 min. Vid starten finns startlistor och Emit-backuplappar. I tävlingen används en startplats.

Motionsorienteringens start är i närheten av tävlingens startplats.

Startprocedur för 16- år och äldre

- Före startfållan: Tävlarna tar kontrollangivelser.
- 4 minuter före start: Tävlarna kallas vid namn till startfållan.
- 3 minuter före start: Emit-brickan nollställs.
- 2 minuter före start:
- 1 minut före start: Tävlarna går fram till kartorna klassvis.
- Vid startsignalen (0) tar tävlarna sin karta och beger sig ut på banan. Tidtagningen börjar.

Startprocedur för 14- år och yngre

- Före startfållan: Tävlarna i klasserna H/D12 och H/D14 tar sina kontrollangivelser.
- 4 minuter före start: Tävlarna kallas vid namn till startfållan.
- 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 och H/D14 får se modellkartan med K-punkten.
- 1 minut före start: Tävlare i klasserna H/D10RR studerar kartan och banan. Tävlare i klasserna H/D12 och H/D14 får ta sin karta och bekanta sig med banan.
- Vid startsignalen (0) beger sig tävlarna ut på banan. Tidtagningen börjar.

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

Priser: Prisutdelning ca kl. 14.30 men lyssna på speakern, om det blir ändringar angående tidtabellen.

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 klasserna H/D10RR, H/D12, HD12-öppen och RR-öppen får alla deltagare pris.

Motionsbanor: Svarta (5,8 km) och gula (3,7 km) motionsbanor, över 18 år 16 € och under 18 år 10 €. 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, som är 900 m från infopålen. Kartan får behållas men inte visas för deltagare i tävlingsklasserna. Målet stängs kl 15.30. Alla deltagare måste gå via mål.

Stafett 2.8.2026

Mästerskapsklasser: H/D21, H/D40, H/D50, H/D60, H/D70, H/D15-18, H/D11-14

Icke-mästerskapsklasser: HD, HD12TR/RR

Karta: Den digitaltryckta tävlingskartan 6/2026 har skalan 1:7 500 i klasserna H/D45-90, HD samt H10/D10-14. Övriga klasser har 1:10 000. Ekvidistansen är 2,5 m och kartnorm som används

ISOM2017. Kartan är i plastfodral. Kartorna samlas in efter växling och returneras efter stafettens omstart föreningsvis på söndag.

Lagkuvert och tävlingsnummer: Kuvert innehållande tävlingsnummer och Emit kontrollkort kan hämtas föreningsvis från info från kl. 8.00. Tävlingsnummer är obligatoriska för alla deltagare.

Kontrollangivelser: Kontrollangivelserna är tryckta på kartan. På kartan finns också kontrollkoden bredvid kontrollens ordningsnummer.

Mästerskapsklasser:

H21

H40 (sammanlagd ålder minst 120, minst 35 år/löpare)

H50 (150/40)

H60 (180/50)

H70 (210/60)

D21

D40 (sammanlagd ålder minst 120, minst 35 år/löpare)

D50 (150/40)

D60 (180/50)

D70 (210/60)

H15–18

D15–18

H11–14

D11–14

Damer är berättigade att delta i herrklasserna. Blandade lag löper i H-klassen.

Icke-mästerskapsklasser: HD, inga ålders- eller könsbegränsningar. HD12TR/RR (första etappen TR, andra och tredje RR), minst en lagmedlem bör vara 10 år eller yngre, inga könsbegränsningar.

Laguppställning: Laguppställningen bör finnas i IRMA senast lördagen den 1.8.2026 kl. 17.00. Eventuella ändringar på grund av skada eller sjukdom meddelas på söndagsmorgonen senast kl. 9.00 till info i tävlingscentralen.

Start och växlingsområdet: Området öppnar kl 8.30. Tävlade går in genom ingångsporten och nollställer sin emitbricka. Första startens tävlande bör vara inne i uppvärmningsområdet senast 15 minuter före start. Uppvärmning är tillåten i startfältet fram till vägövergången mot K-punkten.

De som startar i klasserna H/D11-14 och HD12TR-RR får se på kartan 1 minut före start. Övriga klasser får öppna kartan först vid startskottet. Följ speakerns instruktioner inför starten.

Tävlande som skall till andra startgruppen eller andra etappen bör hålla sig till sidan och visa hänsyn till de som startar.

Start:

9:00 H21, H40, H50, H60, D60, H11-14

9:10 D21, D15-18, D40, D50, H70, D70, D11-14

9:20 H15-18, HD, HD12TR/RR

Växling: Växling sker vid växlingsplanket genom att föregående sträckas löpare stämplar vid målet, ger ifrån sig sin karta, tar rätt karta från kartplanket och ger över till följande löpare.

Växlingsområdet stängs senast kl. 11.20 och omstart sker från växlingsplanket senast kl. 11.30.

Varvning: D21, H21 och H40 har varvning genom TC.

Målgång: Målstämpling görs efter mållinjen. Vid spurtuppgörelser avgörs placeringen vid mållinjen av måldomare för placeringarna 1-3. Resten avgörs med målstämpeln. Målet stängs kl. 13.30.

Tilläggstid: I HD12TR-RR klassen fås 10 minuter tilläggstid för varje saknad stämpling.

Avbrutna: Tävlare som avbryter bör anmäla sig i målet.

Motionorientering: Start mellan 11.00-11.30. Det finns två banor. Startavgift över 18 år 16 € och under 18 år 10 €. Motionsorienteringen betalas vid info, varefter deltagarna får ett kvitto över betald avgift. Start från infon. Kartan får behållas vid målgång efter omstarten (senast 11:30). Målet stängs kl 13.30. Alla deltagare måste gå via mål. Svart (4,9 km) och Gul (2,4 km).

Pris: prisutdelning ca kl. 11.30, följ med speakerns anvisningar. Medaljer till tre bästa lag i klasser H/D11-14, H/D15-18, H/D21, H/D40, H/D50, H/D60 och H/D70. I klassen HD12TR-RR får alla lag pris. Vinnarelag i HD- klassen får pris.

Solf IK önskar alla deltagare lycka till och framgång i tävlingen.