

PM - The Hell – Lördag 7 mars, 2020



Samling och Parkering

Arena vid Villa Utsiktens parkering, S Rocklunda.

Parkering vid Västerås Skidklubb vallaboden (59.626455, 16.524094) följ sedan vägen till Villa Utsikten, alternativt Orientalen och uppvärmning längs spåret till Villa Utsikten

Tid

Samling 09:15 för utdelning av gafflingsnyckel
Gemensam start 09:30



Banor

Hel: 7 slingor, totalt 9,7 km
Halv: 5 slingor, totalt 6,2 km
Kvart: 4 slingor, totalt 4,4 km

Svårighetsgrad: Gul

Terrängbeskrivning:

Kontrollerna ligger på en kuperad del av Rocklunda. Det är stigrikt och mestadels lättsprunget, men det finns områden med stembunden mark och en del grönområden. Det är förbjudet att springa på tomtmark.

Karta

Utsnitt av Rocklunda, 2019. Skala 1:4000. Ekvidistans 2,5 m. Definitioner finns endast på kartan.

Stämplingssystem

Sportident, för de som springer hel behövs en bricka som klarar fler än 30 stämplingar

Instruktion

Du kommer att få en karta med alla kontrollerna och en gafflingsnyckel som anger i vilken ordning just du skall ta kontrollerna och i vilken ordning du ska springa slingorna. Kontrollerna identifieras med en bokstav. Gafflingsnyckelen sätter du lämpligen i din **definitions hållare**. Du kommer att springa 4 – 7 slingor som alla avslutas med en uppförsbacke. Den nedre kontrollen i backen heter X och den övre Y. En slinga kan t.ex. bestå av kontrollerna D – E – H – X – Y. Vid varvning stämplar du i kontroll Y, vid målgång stämplar du i Målkontrollen istället för i Y. Efter målgång stämplar du ut i avläsningsenheten.

Kontrollerna är markerade i skogen med antingen orienteringsskärm med SI-enhet eller SI-enhet på brun/orange plastbock utan skärm.

Publik

Mycket publikvänlig

Etapparrangör

Ulf Hamrefors och Rickard Persson