



Höstmötet 24.11.2019 Kontrollplock – kontroller har en betydelse



Start:

Gemensam start klockan ca 18:30 eller 30 min efter att mötet är slut. Vägvisning till start från Lokaali. Avstånd ca 382 m. Från start till **K** ca 100 m. **K** är utmärkt med en kontrollskärm, man behöver inte stämpla vid **K** men alla skall löpa via **K**.

Kartan:

Kartan är i skala 1:5 000. På kartan 25 kontroller, alla kontroller har en kod vilken är märkt på kartan vid kontrollen och i terrängen på stämplingsenheten. Kontrolldefinitionerna är på kartan, kartan är i plastpåse. Kartan går att tas bort från påsen. **Vi rekommenderar att ta en penna med.**

Terräng:

Skog och tätort blandat 40–60, underlaget varierar. Bra framkomlighet och bra sikt. Stigning på banan ca 100–120 m beroende på fördelning.

Förbjudet område:

På kartan är utmärkta 3 förbjudna områden. De är inte utmärkta i terrängen. Man får inte löpa på dessa områden. Speciellt vill vi pointera att även tomtmark är **FÖRBJUDET**, som vanligt.

Övrigt:

Klädbyte: Vid Lokaali. Användning av löpskor inomhus förbjudet.

Tvätt vid Fiskars skola, ingång från norra sidan utifrån. Skilt för damer och herrar. cirka 700 m från Lokaali. Ingång utmärkt med en kontroll. Parkeringen på skolgården. Användning av löpskor inomhus förbjudet.

Modellkarta vid Lokaali synlig efter start. På kartan alla kontroller och tre olika alternativ på fördelning med **uppskattad löpsträcka**.

Regler och Resultat:

- Max tid att löpa valda punkter är **1:00:59** alltså en timme. Alla kontroller är likvärda. På kartan finns 25 kontroller.
- **Varje** kontroll är en poäng. **Varje** bortlämnad kontroll är en minuspoäng.
 - o 23 kontroller av 25 betyder 23–2 är 21 poäng
- En slut tid 1:00:59 eller under är inga minuspoäng
- Över en timme för varje på börjad minut **1:01:00–1:04:59** en minuspoäng
 - o 1:01:00 är –1 poäng,
 - o 1:02:59 är –2,
 - o 1:03:00 är –3
 - o 1:04:59 –4
- Efter 1:05:00 är varje påbörjad minut 2 minuspoäng
 - o 1:05:00 minuter betyder –6 poäng
 - o 1:06:00 minuter är –8 poäng
- Exempel:
 - o 23 kontroller med tid 1:06:01 är 23–2–8=13 poäng
 - o 23 kontroller med tid 1:05:01 är 23–2–6=15 poäng
 - o 23 kontroller med tid 1:04:48 är 23–2–4=17 poäng
 - o 23 kontroller med tid 1:01:01 är 23–2–1=20 poäng
 - o 23 kontroller med tid 1:00:56 är 23–2–0=21 poäng
 - o **25 kontroller med tid 1:00:48 är 25–0–0=25 poäng, och löptiden avgör**

- **SEGRAREN är den som har mest poäng och snabbast tid!**