

## **Inbjudan – Kutsu**

(suomeksi täällä

<https://okraseborg.fi/app/uploads/sites/49/2020/07/okr2020-klubbis-kutsu.pdf>)

## **Raseborgs öppna onsdagsträning och OK Raseborgs klubbmästerskapstävling i Fiskars 22.7.2020**

Välkommen på öppen motionsorientering i Fiskars, Raseborg, onsdagen den 22 juli 2020! Man får starta när man vill kl. 16–19, och vi använder Emit-stämpling.

Evenemanget ingår i OK Raseborgs och Fiskarin Urheilijat -47:s gemensamma "Raseborgs onsdagsträningar", som under undantagsförhållandena orsakade av coronavirusepidemin genomförts som egenhandsorientering under hela början av säsongen. I detta skede av sommaren vill vi dock erbjuda alla intresserade även en möjlighet till snabbare orientering mot klockan och andra orienterare.

På samma gång arrangeras även OK Raseborgs klubbmästerskap, varför vi erbjuder ett exceptionellt brett urval omfattande hela åtta banor med varierande längd och svårighetsgrad. Det finns alltså med säkerhet en lämplig utmaning för var och en.

OBS: För att minimera risken för coronavirussmitta uppmanar vi dem som hör till riskgrupper att anlända så fort evenemanget börjar. Vi försöker minska riskerna också på många andra sätt (se slutet av denna inbjudan).

### **Banor, klasser och deltagaravgifter**

Den öppna motionsorienteringen har samma banor som OK Raseborgs klubbmästerskap. Motionsorienterarna väljer sin bana fritt. Klassindelningen i bifogade tabell gäller endast deltagare i klubbmästerskap. Banornas svårighetsgrad motsvarar dock ungefär banorna i de olika klasserna i nationella tävlingar i förkortad långdistans:

A-bana ca 7 km: H21, H35, H20  
B-bana ca 6 km: H40, H45, H18, D21  
C-bana ca 5 km: H50, H55, D35, D20  
D-bana ca 4 km: H60, H65, H16, D40, D45  
E-bana ca 3 km: H70, D50, D55, D60, D18, D16  
F-bana ca 2,5 km: H75, H80, D65, D70  
G-bana ca 2 km: H14, H12, D14, D12  
H-bana ca 1 km: H10, D10.

Deltagaravgift: Medlemmar i arrangörsföreningarna för Raseborgs onsdagsträningar OK Raseborg och Fiskarin Urheilijat -47 samt alla juniorer under 18 år orienterar gratis, övriga betalar 7 €.

Betalningssätt: vi rekommenderar betalning med bank- eller kreditkort, förhandsbetalning i Rastilippu.fi, ePassi, Liikuntaseteli eller Virikeseteli. Vi tar också emot kontant betalning, men vi ger ingen växel. Ta alltså med jämna pengar om du vill betala kontant! Det går också att betala i efterskott till OK Raseborgs konto.

Klubbmästerskap kan vinnas av sådana medlemmar i OK Raseborg som betalat medlemsavgift för år 2020 och inte har representerat någon annan orienteringsförening i allmän tävling i Finland under det pågående året. Rätt att delta i olika klasser på

samma sätt som i allmänna tävlingar. Klubbmästare i var klass får medalj. De medlemmar av OK Raseborg som inte tävlar om mästerskap kan motionsorientera på en bana som de väljer själva.

**Ingen förhandsanmälan** (med undantag för Rastilippu-förhandsbetalningarna för motionsorienteringen), utan anmälan till såväl motionsorienteringen som klubbmästerskapen på plats innan man går ut i skogen.

### **Karta och terräng**

Kartan är finalkartan för FM i långdistans 2019, Arvo Paulin 8/2019, A4 i plastfodral, skala beroende på bana antingen 1:10000 eller 1:7500, ekvidistans 5 m. Kartan fås i startögonblicket. Vi ber att ni inte visar era kartor åt klubbmästerskapsdeltagare som ännu inte startat.

Terrängen består huvudsakligen av skogbeksädd, småskaliga backar med berg i dagen och platåer, där löpbarheten till största delen är god men som genomskärs av frodiga dalar och små sjöar. De största höjdskillnaderna är 50–60 meter. Det finns få stigar och något fler skogsvägar. De föregående orienteringskartorna över området är från början av 1990-talet. Före det har terrängen bl.a. använts i tidernas första VM i orientering 1966.

Kontrolldefinitioner på kartan, inga lösa definitioner. Ta med ditt eget Emit-kort; vi har bara en begränsad mängd låne-Emitar. Inga Emit-kontrollkort.

### **Vägvisning, tävlingscentrum och tjänster**

Vägvisning från Fiskars centrum från landsväg 104, adress Storkiskovägen 1, körtid från vägvisningen ca 10 min (4 km), parkering längs vägen. Kör försiktigt på den smala grusvägen och se upp för mötande trafik och orienterare.

Evenemanget hålls i terrängen. Ingen restaurang, toalett eller tvätt. Använd t.ex. Fiskars brukbys tjänster; tvättmöjlighet vid Raseborgs stads offentliga badstränder (t.ex. Flacksjö på bara någon kilometers avstånd). Ta med tillräckligt att dricka om det är varmt.

Suunnistajan Kauppas butiksbil betjänar vid anmälan och resultatservice. Välkommen på uppköp!

Online-resultat i Rastilippu.fi; efter evenemanget publiceras resultat, mellantider och rutthärvel också på OK Raseborgs webbsida <https://okraseborg.fi/traning-harjoittelu/>. Dessutom kan vi ta foton som vi publicerar på OK Raseborgs webbsida eller sociala medier.

### **Orientering på egen hand**

Möjlighet att orientera på egen hand efter onsdagens Emit-evenemang: to–sö 23–26 juli utan resultatservice och utan tidtagning, kartavgift till skillnad från vanligt denna gång 7 € också på egenhandsorienteringen, betalas via Rastilippu eller bankgiro (instruktioner på kartan), OKR- och FU47-medlemmar samt juniorer under 18 år gratis.

Egenhandsorienteringens kartor fås på Rastilippu som pdf-filer att printa själv eller på papper i OK Raseborgs och FU-47:s kartbrevlådor (Västerby skidstuga i Ekenäs och FU-47:s föreningshus i Fiskars) fr.o.m. torsdag morgon 23 juli. Instruktioner och

tillvägagångssätt i övrigt som tidigare under egenhandsorienteringen på Raseborgs "veckans bana" 2020: <https://okraseborg.fi/hem/raseborgs-veckans-bana-ok-raseborgs-och-fu-47s-sjalvbetjaningsorientering-i-raseborgstrakten-under-coronavirusepidemin-2020/>.

### **Kontaktuppgifter**

Banläggare Sune Forsström, mer information Benny Forsström 040 5013519, benny.forsstrom@gmail.com eller Jouko Nurmiainen 050 5181178, jouko.nurmiainen@gmail.com.

### **Instruktioner och åtgärder för att minska risken för coronavirussmitta**

#### ***På deltagarens ansvar:***

Kom inte om du är flusig eller sjuk.

Observera smittorisken vid samåkning, d.v.s. res bara med sådana personer som du också i övrigt tillbringar mycket tid med. På plats får komma endast deltagare, funktionärer och nödvändiga följeslagare för juniorer.

Stanna en så kort tid som möjligt. Håll avstånd till andra och håll till höger då du förflyttar dig till fots vid mötande trafik.

Var noga med handhygien enligt instruktioner: använd handdesi såväl före anmälan och start som efter att du kommit i mål och låter läsa av Emit-kortet.

Undvik att röra vid Emit-kontrollstämplarna eller kontrollerna i onödan under din prestation.

Håll avstånd också under prestationen. Ge rum för andra orienterare vid kontrollerna och i mål, och fortsatt genast vidare efter att du stämplat.

#### ***Arrangörens åtgärder:***

Ingen trängsel i evenemangsentrum, start och mål eller i köerna till anmälan och resultatservice.

Handdesi finns före anmälan och efter mål. Noll- och målstämplarna desinficeras regelbundet.

Instruktioner ges för trygga avstånd och respekterandet av dessa övervakas.

\* \* \*

Varmt välkomna att orientera i den fina terrängen för förra årets FM i långdistans på Arvo Paulins fina karta som gav honom SSL:s titel årets kartritare 2019! Följande vecka fortsätter vi att egenhandsorientera, så detta är ett sällsynt tillfälle att orientera med Emit!