

OK Raseborgs sprintklubbis & sprintmotionsorientering, Ingå kyrkby, söndag 22.3.2026

Sprintklubbisen ordnas före vårmötet. Efter sprinten finns det möjlighet till dusch och omklädningsrum för dem som vill delta på vårmötet efteråt. Varmötet börjar kl 13.

Tidtabell, banor, karta och terräng

OK Raseborgs klubbmästerskap i sprintorientering arrangeras vid Kyrkfjärdens skola i Ingå sö 22.3.2026, adress Museivägen 7, 10210 Ingå. Starten är öppen kl. 11.00–12.00, målet stängs kl. 12.30.

Alla har samma bana (preliminärt 2,0 km fågelvägen, 17 kontroller), men det finns två klasser, H och D: resultat enligt traditionell åldersrespit.

Dessutom har vi öppen sprintmotionsorientering med två banor för alla intresserade: Motion/kunto (2,5 km den kortaste tillåtna rutten, 12 kontroller) och den redan nämnda klubbisbanan. Samma tidtabell som för klubbisen: start kl. 11.00–12.00, målet stängs kl. 12.30. Pris: vuxna 9 €, högst 18-åriga juniorer 5 €, OK Raseborgs medlemmar gratis.

För OK Raseborgs medlemmar går det bra att kombinera sprintklubbisen med motionsorientering och på det sättet få en litet längre orienteringsträning, men förutsättningen för klubbmästerskapsdeltagandet är att man först springer klubbisen och först därefter motionsorienterar. Kontrollerna på motion/kunto är delvis samma som på klubbisbanan. Motionsbanan passar utmärkt för nedjogg efter en hårdare prestation.

Emit-stämpling och Livelox som vanligt: ta med din egen Emit-bricka, men det finns också lånebrickor.

Klubbisbanans karta är i skalan 1:3000, ekvidistans 2 m. Kartan är i plastpåse, kontrolldefinitionerna är tryckta på kartan och finns även som separata remsor i starten (ta med eget fodral). Skalan för motion/kunto är 1:3000.

Anmäl dig gärna senast på fredagkvällen 20.3 antingen via OK Raseborgs Navisport (anmälan öppnas senast på onsdagen) eller via OK Raseborgs kanaler i sociala medier så att vi kan reservera lämpligt antal kartor. Alla intresserade är dock välkomna också utan förhandsanmälning.

Kom också ihåg de förbjudna områdena i sprintorientering (karttecknen avgör vad som är tillåtet) samt respektera de gatuområden som är förbjudna och passera dessa gator endast på de övegångsställen som är inritade på kartan. Övervakning kan förekomma, och om man passerar gatan på förbjudet område innebär det att prestationen diskvalificeras.

Tänk också i övrigt på trafiksäkerheten särskilt när du korsar större gator med hög fart: bilchaufförerna och andra trafikanter ser inte runt hörnet!

Tillåten ankomstrutt, parkering och startprocedurer

Parkering på Kyrkfjärdens skolas parkering, öster om byggnaden, infart från öster via Ola Westmans allé – Museivägen.

