

U-RINGEN PM U-ringen Etapp 1 UPPSALA - Tisdag 24/8 2021



- Samling** Sunnerstagropen i södra Uppsala. Vägvisning från Dag Hammarskjölds väg.
- Parkering** För både cykel och bil i direkt anknnytning till tävlingsarenan. Parkeringen är även till för andra besökare i friluftsområdet så om ni har möjlighet får ni gärna åka buss eller cykel till tävlingen. En särskild cykelparkering kommer att finnas.
- UL-buss linje 8 stannar vid hållplatsen *Sunnerstabacken* ca. 150 m från arenan.
- Toalett och dusch** Ett fåtal toaletter finns i Sunnerstastugan. Ingen dusch.
- Start** Avstånd från arenan 300 m. Följ snitslar längs med elljusspåret. Första start kl. 17:30. För att undvika köer vid starten för de öppna banorna rekommenderar vi att löpare från OK Linné startar 17:30-18:00, IF Thor och L-100 IF 18:00-18:15. Sista starttid för öppna klasser är 18:15.
- Observera att det är tidigare start än vanligt på U-ringen då årets tävling går på hösten och inte våren, vilket innebär att det kommer bli mörkt snabbare.
- Karta och definitioner** Kartan är i skala 1:7500 för samtliga klasser förutom DH16 som har skala 1:10 000. Klasserna DH16 har även ett kartbyte under banan. Karta nr 1 fås vid start medan karta nr 2 erhålls vid sista kontrollen på första slingan. Den sista kontrollen på den första kartan är markerad som startpunkt på den andra kartan.
- Kontrolldefinitioner är tryckta på kartan och finns även lösa vid start.
- Terrängbeskrivning** Sunnerstaåsen är en mycket stigrig skog med mestadels god framkomlighet. Området är dock mycket kuperat och innehåller en del branta backar så var försiktig vid utförlöpning.
- Kartjusteringar** Längs med en av slalombackarna finns en serpentinliknande mountainbike-stig som inte är redovisad på kartan. Se kartjustering vid arena och start.
- Hjälp i skogen** Funktionärer i gula västar kommer att finnas tillgängliga i skogen som stöd för osäkra löpare. Skyltar med glada och ledsna gubbar finns som hjälp på inskolningsbanan. I alla öppna klasser är även medföljning/skuggning tillåtet. Svartvita skuggningskartor finns att tillgå

vid starten för dessa klasser.

Stämplingssystem	SportIdent. Tömning och check av pinne innan start.
Nummerlappar	OBS! För att undvika trängsel vid start kommer nummerlapparna att finnas vid arenan. Startnummer framgår av startlistan. Nummerlapp bärs av samtliga klasser förutom vuxna nybörjare. Ska lämnas tillbaka efter målgång.
Vakanser	Det kommer att finnas ett fåtal vakansplatser tillgängliga i alla tävlingsklasser, dvs DH10-DH16. Inte i de öppna klasserna. Utöver dessa vakansplatser kommer det inte finnas någon direktanmälan. Det är därför viktigt att anmäla sig i tid om man vill springa.
Marka	Aktivt uteliv kommer att ha sin kiosk i Sunnerstastugan öppen under tävlingen.
Prisutdelning	Sejerplaketter till alla etappsegrare i tävlingsklasserna.
Tävlingsregler	SOFT:s tävlingsregler gäller. Heltäckande klädsel, gäller även för medföljande förälder/tränare.
Corona-anpassningar	Barn eller föräldrar som är krassliga stannar förstås hemma. För att undvika trängsel och köbildning vid start finns rekommenderade startintervall för öppna klasser (se ovan). Nummerlapparna kommer finnas på TC för att undvika alltför många personer vid start. Vid toaletterna finns utöver vatten och tvål även handsprit.
Tävlingsledare	Moa Lundin
Banläggare	Pelle Nilsson Simon Bernet Wahnäs

OK Linné hälsar alla varmt välkomna!