

PM - Luffarligan

15 september 2021 vid Ängsjö friluftsgård



Friska orienterare i alla åldrar är välkomna. Läs Luffarligans extra PM som gäller deltagare under coronapandemin.

Samling: Ängsjö friluftsgård, koordinater: WGS84 59.50412, 17.812546

Transport: Buss 548 från Kallhälls station till Stäket. Därefter promenad ca tre km. Bil. Skärm vid gamla Enköpingsvägen i Stäket. Vid Ängsjö friluftsgård finns flera parkeringar. Ingen avgift och ingen P-vakt!

Starttid: Mellan kl. 10-12.30. Ingen start före kl. 10. Kontrollerna tas in från kl. 14. Undvik köbildning.

Banor: A = 5,4 km, B = 4,5 km, C = 3,5 km, D = 2,6 km, E = 1,7 km.
Till start är det ca 550m från motionscentralen. Snitslat.

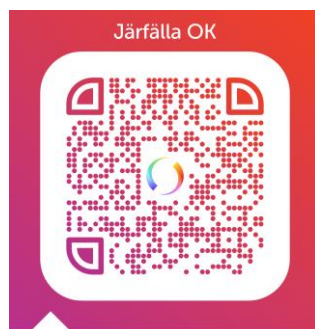
Startrutin: Endast en startande per bana och minut. Följ funktionärens anvisningar. Tag din karta ur kartback och startstämpla.

Karta: Ängsjöbladet, skala 1:7500. Ekvidistans 4 m. Delvis reviderad under 2021.

Terräng: Huvudsakligen öppen och lättlöpt. Stigrikt. Måttligt kuperad.

Registrering/anmälan: Vid motionscentralen. Håll avstånd och undvik köer. Följ funktionärens instruktion.

Startavgift: 50 kr. Swish 123 228 8082 Järfälla OK. Använd QR- koden:



Swish. Betala enklare.

Fyll i beloppet och betala i förväg, gärna innan du kommer till anmälan och visa betalningen. Kontant endast jämna pengar.

Mål och utstämpling: Utbrudet mål, som ligger ca 700 m från motionscentralen. Följ snitsling till utstämplingen. Alla startande måste ovillkorligen stämpla ut vid motionscentralen oavsett om de fullföljt eller inte.

Tidtagning: Sportident stämplingssystem. Kontrollbeskrivningar endast på kartan. Hyrpinnar finns 30 kr.

Dusch: Ombyte och dusch inomhus. Vattenkran finns utanför för att skölja av skor.
OBS! Inga orienteringsskor inomhus! Bad finns på området några hundra meter från motionscentralen.

Kafé: Finns i motionscentralen, nedre plan.

Övrigt: Toalett finns i motionscentralen och med ingång också från utsidan på nedre plan.

Livelox: För att du ska kunna följa dina egna och andras vägval använder vi Livelox.

Banläggare: Birgitta Billstam

Tävlingsledare: Bo Winander, 0708-141844