



FM Natt



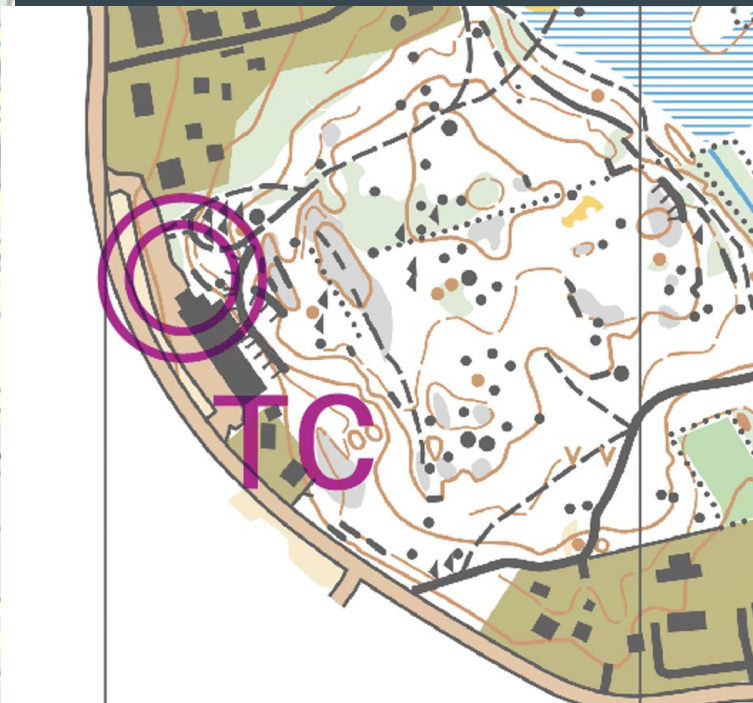
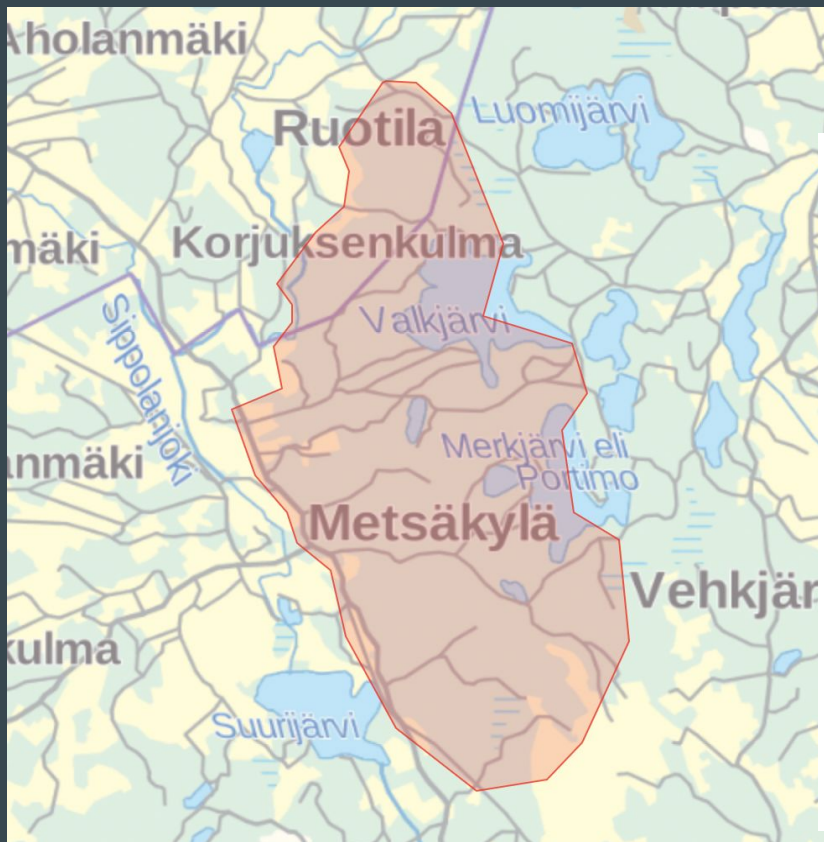
Vehkalahti 2021

Allmän information

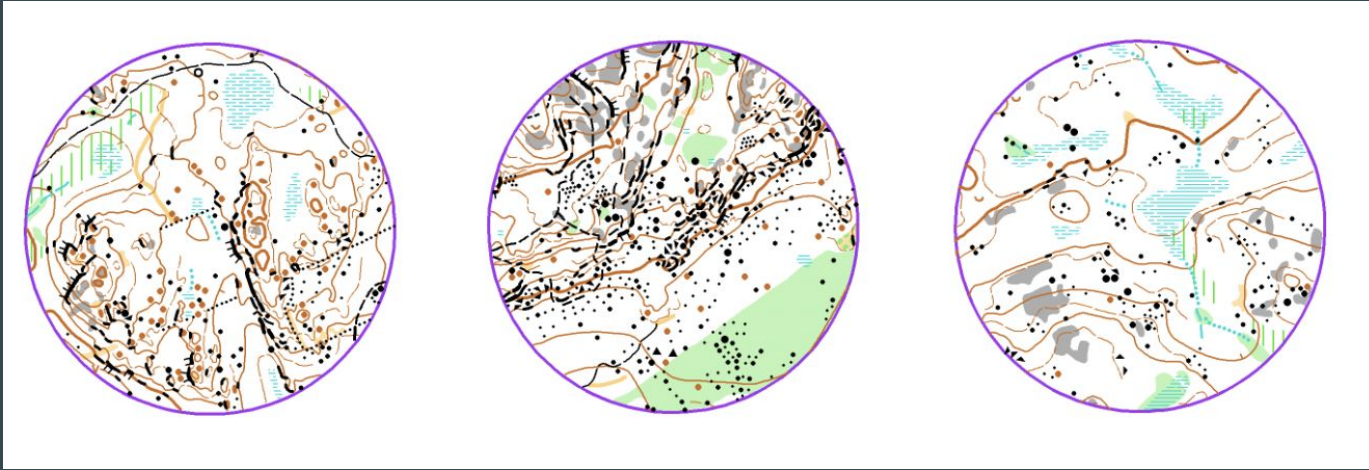
- ❖ Tävlingssidor (kolla tävlingsdirektiv när de kommer!)
- ❖ Tävlingsinbjudan

- ❖ Kvaltävling för H21-klass på fredag
- ❖ De första starterna i både dagarna kl 20.30
- ❖ Avstånd till starten på fredag 1 km
- ❖ Avstånd till starten på lördag max 1,5 km
- ❖ Ingen starttröskel
- ❖ Transport av utrustning i både kval- och finaltävlingarna

Tävlingsområde och TC



Terräng



- ❖ *Terrängen är den bästa nattorienteringsterräng i Kymmenedalen. Löpbarhet är mestadels bra och de största höjdskillnaderna är cirka 50 m. I sluttnigar det finns smådetaljerad terräng. I tävlingasområde det finns skogvägar och stigar. -tävlinginbjudan*

Karta

- ❖ Tävlingskarta:
Skala 1:10 000 / (H/D50 - 85 1:7 500) / Ekvidistans 5 m
Kartritare: Janne Weckman
Banläggare: i kvaltävling Tuomas Mattila och finaltävling Janne Weckman
- ❖ [Gammal karta kvaltävling](#)
- ❖ [Gammalkarta final](#)
- ❖ [Exempelsträckor i gamla kartor](#)
- ❖ [Träningsmöjligheter](#)

Saker att ta hänsyn till i nattorientering

- ❖ Om du har två ganska lika vägval, ta det som är säkrare
- ❖ Var ett steg före i orienteringen och fokusera hela tiden på din egen orientering
→ men utnyttja också andra om du har möjlighet
- ❖ Om du bommar, omstarta din orientering och fokusering igen
- ❖ Kolla alltid rätt utgångsriktning och håll rätt riktning
→ i nattorientering kompassen och att hålla rätt riktning är även mera viktigt än normalt eftersom man kan inte så länge och så mycket.
- ❖ Anpassa farten enligt orienteringen
- ❖ Ha alltid extra lampan med!
- ❖ Ge allt, alltid!

Checklista före tävlingshelgen

- ❖ **Kolla utrustningen:**
- ❖ Lampan + reservlampan
- ❖ Skor
- ❖ Kläder
- ❖ Strumpor
- ❖ Kontrolldefinitionsfodral
- ❖ Emit
- ❖ Kompass + reservkompass
- ❖ Säkerhetsnålar (vid behov)

- ❖ Byteskläder och skor, mat och dryck efter tävlingen

❖ Gör ett schema för tävlingsdagen så att du har tillräckligt med tid att göra alla viktiga saker före tävlingen (till exempel):

- Komma till TC
- Gör sista kontroll och kolla målet
- (Tejpa vristerna)
- (Ta mediciner vid behov)
- Uppvärma ordentligt
- Va bra tid i starten/växling



Ha kul och njut av tävlingen!

Lycka till!