



Inbjudan och PM FUSK/FCIF Orientering tisdag 4:e juni, 2024

Med hjälp av ekonomiskt stöd från Försvarets Civila Idrottsförbund (FCIF) och i samarbete med Umeå OK bjuder FUSK alla FOI-anställda samt övriga inbjudna försvarsanknutna idrottsklubbar på fritt deltagande.

Tävlingen genomförs i enlighet med FCIF fastställda tävlingsprogram och enligt gällande resevillkor, dvs resor och boende bekostas av den enskilde deltagaren.

Bana/Klass
Mycket lätt 2 km
Lätt 3 km
Medelsvår 3,5 km

- Anmälan** Anmäl ditt deltagande genom mail till johanna.thelaus@foi.se.
Sista anmälan måndag 30/5 kl 23:59.
Vid anmälan ange vilken bana du vill springa samt nummer på sportidentpinne (om du har).
Sportidentpinne går att låna vid start om du inte har egen.
- Samling** För en kort genomgång av förutsättningarna.
Carlshemsskolan.
FOI/FCIF Samling 14:30
- Start** Start med startstämpling, eventuellt en kort gångväg från samling till start.
Målgång vid samlingspunkten.
- Startprocedur** Töm sportidentbricka innan start.
1 minut innan starttid fås kartan.
Starta genom startstämpling och 2 minuters startmellanrum.
- Mål** Vid målgång målstämpla.
Sedan sker utstämpling i sekretariatet för att få din tid.
Om du tvingas bryta skall du stämpla ut vid sekretariatet.
Maxtid 1h
- Karta** Carlshem, skala 1: 7 500, 5 m ekvidistans.
Område med blandad skogs-terräng,
stigrikt område kring elljusspår
Rullskidbana och MTB stigar finns i området, se upp för åkare då du passerar!



Försvarets Civila Idrottsförbund

- Kontroller** Tävlingen kommer att genomföras med elektroniskt stämplings-system (Sportident), brickor tillhandahålls vid start. Kontrollerna är markerade med röd/vit skärm, kodsiffra på SI enheten och elektronisk stämpelenhet (SI). Kontrollbeskrivning finns tryckt på kartan.
- Utrustning** Kompass och för orientering, heltäckande klädsel (ben och axlar).
- Hälsotillstånd** Vid minsta tecken på sjukdom, stanna hemma
- Arrangör** Umeå Orienteringsklubb/FUSK
Sekretariat Johanna Thelaus 0725709296
Banläggare Tjelvar Otterbjörk