



# Inbjudan Veteran SM 2024

30 augusti - 1 september



## Helhet och koncept:

OK Rodhen bjuder in till Veteran SM 2024, 30 augusti till 1 september. Vi är mycket glada till möjligheten att stå som värd för dessa mycket trevliga och viktiga tävlingar. OK Rodhen bjuder deltagarna på bästa tänkbara tävlingsområden avseende terräng och banor anpassade och lämpliga för de olika åldersklasserna.

Vi vill också ge er möjlighet att upptäcka norra Roslagen med dess vackra natur, kulturhistoria samt den pittoreska kusten med sin vackra skärgård. Det gamla fiskesamhället Öregrund där sprinten kommer att avgöras är en mycket populär sommarstad, mysig och välkomnande för sommarbesökaren. Det går också tät färjetrafik mellan Öregrund och Gräsö Sveriges till ytan 10:e största ö.

Denna del av Sverige är välkänd för sina många järnbruk tex Österbybruk, Forsmarks Bruk och Lövestabruk, brukssamhällen som alla ligger inom 20 km från tävlingsområdet. För orienteraren är Österbybruk och Gimo väl kända namn där Tiomila avgjordes 1993 respektive 1987.

## Geografiskt läge:

Sprintdistansen avgörs i Öregrund, en pittoresk sommarstad och kustpärla. Till Öregrund tar det en timme med bil längs väg 288 nordost ut från Uppsala. Det går även frekvent med bussar mellan de bägge orterna.

Skogsdistanserna avgörs vid arena Bergsjö på en höjdplatå vid Valö och Pålsmora mitt i norduppländsk bruks, skogs och jordbruksbygd. Tävlingsområdet nås enklast om man åker väg 292 från Österbybruk mot Forsmark. I kanten av tävlingsområdet ligger Pålsmoramasten en av Sveriges högsta kommunikationsmaster som med sina 331,5 meter vakar över tävlingsområdet och är ett imponerande byggnadsverk. Tävlingen inkräktar inte på mastens skyddsområde.

## Klasser och banlängder

Åldersklasser från HD 35 upp till HD 95 med 5 årsintervall. Det kommer även att finnas öppna klasser så man behöver inte ha fyllt 35 år för att uppleva Veteran SM. Banlängder enligt Svenska orienteringsförbundets rekommendationer. Områdets karaktär innebär att de öppna banorna håller orange till svart svårighetsnivå. Mer information om anmälan hittar du på OK Rodhens hemsida och i Eventor.

## Banläggarnas ord

Att få vara banläggare i dessa 2 tävlingsområden är en ynnest och ett mycket trevligt jobb då båda kartorna bara erbjuder möjligheter för bra och intressanta banor.

Sprintbanorna kommer att kräva intensiv kartläsning med förmåga att växla mellan kala berghällar, skog, park, trånga gränder och bostadsområden, extra allt helt enkelt. Banorna kommer att erbjuda många vägval och teknisk orientering. En större väg kommer att passeras av samtliga banor på samma ställe, med vakter på plats för Er säkerhet. Mål och start är belägna mycket vackert där Öregrundgrepens ljud och dofter kommer genomsyra era sinnen.

Medeldistansens banor kommer bli extremt tekniskt utmanande och det kommer vara mycket fysiskt krävande att orka hålla hög fart hela vägen. Förmågan att kunna tempoväxla är avgörande samtidigt som konstant kartkontakt bibehålls. Självklart håller banorna utpräglad medeldistanskaraktär. Medeldistansen är i princip helt befriad från grönområden. Det gäller att med stor känsla välja rätt väg i mikrovägvalen där förekomsten av lättlöpt håll är frekvent mellan de lårhöga områdena med skvattram och annat bärris.

Långdistansens alla banor präglas naturligtvis av många intressanta långsträckor och ett mindre antal kontroller. De längre banorna kommer att stöta på en helt annan terrängtyp i form av hyggen och tätare ungskogar medan de äldre klasserna fortsatt får njuta enbart av skog med god sikt.

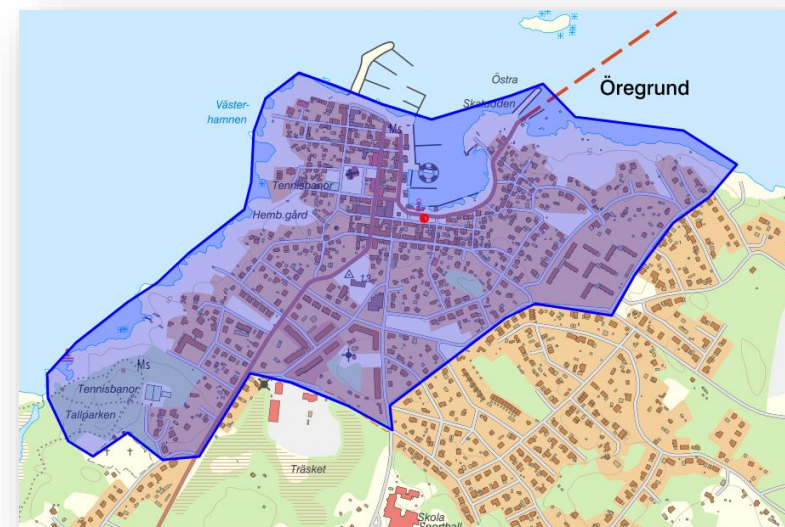
## Terräng

Sprintområdet kommer underlagsmässigt att vara väldigt varierande och kommer att innehålla strandnära rena berghällar, gräsmattor, skogsmark, grus och gångvägar samt asfaltsbelagda ytor och vägar. Miljön är småstadsbebyggelse, villa och bostadsområden, park och kustnära strandtallskog.

Skogsdistanserna avgörs i ett homogent skogsområde med ett fåtal privata markägare. Skogen är vacker, och innehåller många finskurna höjdparter som till del känns kantiga och vresiga och till del släta och mycket snabblöpta. Några större sankmarker av olika typ finns.

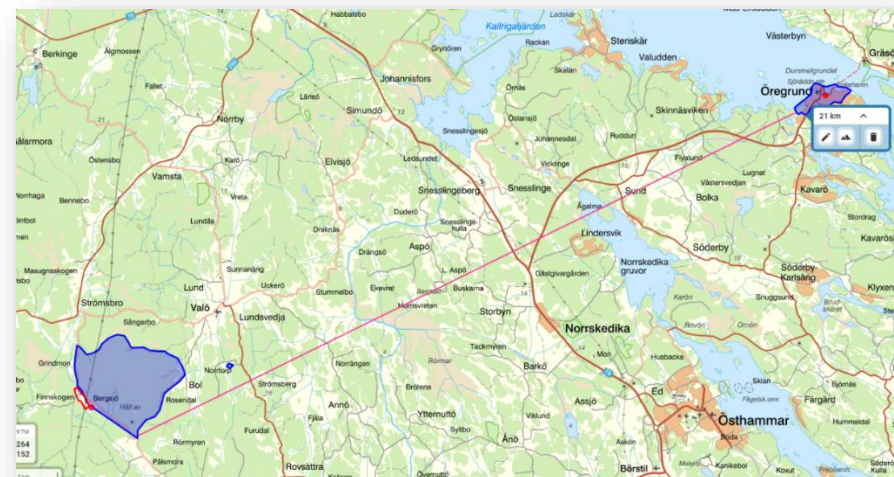
Skogens karaktäriseras av öppen tallskog som på sina håll erbjuder sikt på flera hundra meter. Skvattramossarna breder ut sig såväl uppe på höjderna som i de lägre områdena, öppna hållar bryter konstant av marken och i de lägre partierna växer den storstammiga granskogen i anslutning till surdrag och blötare myrar.

Få stigar och ingen kulturmark finns inom tävlingsområdet. Skogsbilvägar förekommer i ytterkanterna av kartan. Likheter med den välkända skogen Lunsen finns på sina håll. Till största del är området flackt men mycket småkuperat och med frodig undervegetation gör detta terrängen fysiskt krävande. Storskogsbruket påverkar områdets västra delar där ungskog och hyggen förekommer. En stor kraftledningsgata skär igenom västra kanten av kartan.



Tävlingsområde sprint Öregrund (ovan)

Tävlingsområde medel och lång (nedan) med arena Bergsjö  
Blått område kart/tävlingsområde och avlyst för tävlande på Veteran SM 2024  
Fågelvägen är det 21 km mellan områdena för sprint och skogsdistanserna



## Boende/Logi

I Östhammars kommun finns vandrarhem, campingar, små hotell, och privata boenden av typen Airbnb. Något större hotell finns inte inom kommunen utan då är Uppsala eller Gävle de närmsta större städerna ca 1 timmes bilfärd från arenorna. Ett speciellt logi PM kommer att publiceras under hösten 2023, se till att boka i god tid.

Vi avser att ordna enklare camping i anslutning till arena Bergsjö där skogsdistanserna avgörs. Vi kommer att ställa upp tank med färskvatten samt toaletter i anslutning till campingen. Campingen öppnar 15:00 fredagen den 30:e augusti och stänger efter att långdistansen avgjorts den 1:a september. Bokning av plats via Eventor när tävlingen öppnats för anmälan.

## Marketenteri och Mat

I Öregrund kommer vi endast att ha en liten Marka med kaffe, The, fikabröd och smörgåsar. Det finns restauranger på promenadavstånd från arenan.

På arena för skogsetapperna, arena Bergsjö kommer ett stort utbud av fika, mat och dryck och finnas. Vi kommer att erbjuda paket med frukost, lunch och middag som kan förbeställas. Bokning via Eventor när tävlingen öppnats för anmälan.

## Övrig Service

Sportförsälning  
Speaker



## Partners och sponsorer



**Kartritäre** Sprint Medel/Lång  
Per Bengtsson Jonas Eklund  
Per Bengtsson  
**Banläggare** Jessica Sölvander Jonas Eklund  
**Kartkontrollant** Mats Carlsson Per-Ola Olsson  
**Tävlingsledare** Ulf Bergström Jonas Eklund  
Göran Andersson

[veteransm2024@gmail.com](mailto:veteransm2024@gmail.com)

# Välkomna!

