Riktlinjer för dig som arrangerar en BMOL-träning Vår och Höst

Nedan följer de riktlinjer som gäller för BMOL-träningarna 2026 och framåt. Riktlinjerna ska ses som ett minimikrav och en checklista. Det är träningsansvarig fritt att *utöver* nedanstående erbjuda mer och/eller alternativa träningsbanor, det ska i så fall annonseras i inbjudan.
Vid frågor eller funderingar kontakta Kristian Birath 070-243 44 84 eller Sören Bremer 070-938 07 00.

Träningsområde och banor

Samråd ska ha skett med mark- och jakträttsinnehavare i god tid innan träning. Planera samlingsplatsen så det finns gott om parkeringsmöjligheter.
Det ska finnas 3 banor i skala 1:7500

- 5 - 6 km svår (svart/blå), ska även finnas i skala 1:10 000.
- 3 - 4 km svår (blå)
- 2 - 3 km lätt (gul/orange)
- En karta med alla kontroller

På förfrågan från ungdomsledare kan vid viss träning även vit bana ca 2 km tillhandahållas (om terrängen så tillåter). Ungdomsledare kontaktar i god tid banläggaren om träningen önskas nyttjas.
Kontrollpunkterna ska markeras med skärm eller snitsel och hänga ute tisdag – torsdag. Exakta tidpunkter för start ska anges i inbjudan.

Inbjudan

Träningens inbjudan ska publiceras på BOK:s och MOK:s hemsidor senast söndag innan träningen. Ska innehålla:

- Kartskala, banor samt banlängder
- Hur kontrollpunkterna är markerade och när de finns uthängda
- Samlingsplats och varifrån det är vägvisning
- Var och när utskrivna kartor finns tillgängliga
- Uppmaning att var och en redovisar sitt deltagande på lista i postlådan
- Egen plastficka till karta
- Vem som är ansvarig för träningen med kontaktuppgifter
- Inbjudan skickas till webbansvariga minst 5 dagar innan träningen, banor delges närmare träningsdagen.

Samlingsplats och kartor

Utskrivna kartor ska finnas vid samlingsplatsen (eller annan lättåtkomlig plats) samt vara tillgängliga på hemsidan för egen utskrift. Vid samlingsplatsen ska det finnas möjlighet för deltagarna att notera namn samt bana på lista, alternativt görs detta via mejl eller SMS till träningsansvarig. Banorna ska finnas upplagda på Livelox för de som önskar se sina rutter och jämföra tider.

För underlag till hemsidorna använd följande adresser; Hemsidesansvarig MOK, webmaster@mjolbyok.se, Hemsidesansvarig BOK, webbansvarig.boxholmsok@gmail.com

Vinterträning

Vinterträningar ska kunna ske med karta som anpassas till rådande väderförhållanden. Samtliga träningar startar kl 10:00-10:30 för avvikande starttider ska dessa publiceras på hemsidorna för respektive klubbar.

Deltagarlistor

Deltagarlistor inklusive antal deltagare per bana skickas efter träningen till följande;
Lena Molin, lena@molin.mx, Kristian Birath, kristian.mjolbyok@gmail.com
samt till respektive LOK-ansvariga i MOK och BOK dvs till följande;
Sofia Runeson Finnved, info@mjolbyok.se, Henrik Tengvall, henrik_ol@hotmail.com

//BMOL-Kommittén 2026-10-31