



EXTRA Tävlings-PM 25manna 2014



Lördagen den 11 oktober vid Rudan, Haninge

Upplysningar

Hemsida: www.25manna.nu
Förfrågningar: info@25manna.nu
På arenan: Vid infotältet

TÄVLINGSINFO

Gafflings metod

Sträcka 1 och 2 är gafflade med varandra. Sträcka 3, 4, 5, 6 och 7 består av fyra banor per sträcka. Inom sträckan har banorna samma svårighetsgrad och banlängd. Kontroller som är gemensamma för flera banor kan förekomma. Sträcka 23, 24 och 25 är raka.

Preliminära banlängder och lagsammansättning

Sträcka	Löpare	Banlängd km	Svårighet	Växel	Str tid	Gaffling	Rätt att delta:
1	1	5,0-5,1	Blå	9.36	36	Ja	Damer
2	1	6,8-6,9	Blå	10.16	40	Ja	Alla
3	4	3,8-3,9	Röd	10.43	27	Ja	Damer
4	4	2,7-2,9	Vit	11.00	17	Ja	Ej D19-39, H15-54
5	4	5,7-5,8	Blå	11.35	35	Ja	Alla
6	4	4,7-4,8	Röd	12.03	28	Ja	Ej H17-39
7	4	4,8-4,9	Röd	12.32	29	Ja	Alla
23	1	3,8	Orange	12.56	23	Nej	Ej D19-34, H15-49
24	1	5,1	Blå	13.31	35	Nej	Damer
25	1	8,2	Blå	14.19	48	Nej	Alla

Lag som omstartar på sträcka 25 får en kortare bana på 6,9 km.

Lagsammansättning

I ovanstående banlängder är även c:a 300 meter snitsel till startpunkten inräknad.

I laget får ingå max 9 stycken H21-39 och minst 7 stycken damer ska ingå. Av damerna skall minst en vara –D14/D45- och minst ytterligare en vara –D18/D35-. Dessutom ska minst en DH16 eller yngre finnas med i laget

Rörlig skogsspeaker

Under sträcka 1, 2, 24 och 25 kommer, om sambandet fungerar, en rörlig skogsspeaker att bevaka tätlagen under delar av sträckorna.

För att minimera störningen av enskilda löpare och inte påverka tävlingen kommer speakern att försöka hålla ett visst avstånd till löparna.



Löpvägar i växlingshagen

För att underlätta för utgående löpare så kommer löpvägar vara markerade på marken. Om alla undviker att stå i dessa löpvägar så kommer det vara mycket enklare för alla utgående löpare att ta sig till startpunkten.

Löpvägen kommer att vara ca 2-4 m bakom kartplanket.