



# PM

för

## FOLSkubbet 2010-04-11



Rev. A

Varmt välkomna till långdistanstävling Billdals Park/Årekärr!

**Samling:** Nygårdsskolan, Billdal. Vägvisning från Brottkärrsmotet på Lv 158 (se karta sist i PM).

**Kollektivtrafik:** Bussar 158, 58, 80 och 89 till busshållplats Hästebäck, därifrån 100m till Arena. Tätt trafik, sök din resa på [www.vasttrafik.se](http://www.vasttrafik.se)

**Parkering:** På fast underlag. Avgift 10:- **OBS! Avstånd Parkering – Arena upp till 2300 m!**

**Strukna klasser:** H20M, D20M och D80 är strukna

**Start 1:** Orange/vit snitsel, gångväg 2500 meter (grus/asfalt, ca 60m stigning). Klasser som startar här:  
H18L-H21L, H16-H70, H21M, H35M, H45M, H55M  
D18L-D21L, D16-D60, D21M  
Öppen 6, 8 och 9

**Start 2:** Orange/blå snitsel, gångväg 1700 meter (grus/asfalt flackt). Klasser som startar här:  
H10-H14, H75-H80  
D10-D14, D65-D75, D35M, D45M, D55M  
U1-U4  
Öppen 1, 2, 3, 4, 5 och 7  
Inskolning

Startsnitsling är gemensam i början, och delas efter 800 meter, var uppmärksam på att välja rätt start!

Toalett och överdrag vid bägge starterna. Första ordinarie start 10:30. Efteranmälda startar före. Inskolning, U-klasser, motionsklasser och öppna klasser har fri starttid mellan 10.00 -12.30 och startar med startstämpling. Sen start tillåts upp till 30 min efter ordinarie starttid.

**Startlista:** Finns på Arena, vid start och på [www.frolundaol.se](http://www.frolundaol.se)

**Öppna klasser:** Försäljning kl. 09:00 – 12:15. Start 10:00 – 12:30.

Inskolning	1,5 km mycket lätt med glada och ledsna gubbar		
Öppen 1	1,6 km mycket lätt	Öppen 6	5,6 km medelsvår
Öppen 2	2,0 km lätt	Öppen 7	3,0 km svår
Öppen 3	3,2 km lätt	Öppen 8	5,2 km svår
Öppen 4	3,3 km lätt till medelsvår	Öppen 9	7,4 km svår
Öppen 5	4,0 km medelsvår		

**Stämplingssystem:** Sportident. Anmälda utan SI-bricka kommer att tilldelas en hyrbricka. Dessa hämtas vid sekretariatet på Arenan. Hyra 25 kr/bricka. Borttappad bricka debiteras! Stiftklämmor i händelse av att Sportident inte fungerar. Stämpla i reservruta på kartan och visa upp vid målgång.  
**OBS! SI-pinne typ 9 kan ej användas. Kontakta sekretariatet på Arenan om du är anmäld med SI 9!**

**Vätska:** Finns för de längsta banorna.

**Karta:**

Årekärr-Labacka-Billdals Park, Årekärr-Labacka reviderad 2006, Billdals Park nyritad 2008. Skala 1:15 000 för D/H 16-21 och 1:10 000 för övriga från start 1. Klasser från Start 2 har 1:7 500. Definitioner tryckt på karta, samt lösa lappar.

**OBS! För kartor med skala 1:10 000 finns i terrängen en ny stig som ej är markerad på karta! Se kartjustering vid start!**

**Terrängbeskrivning:**

*För banor från start 1 (skala 1:15 000 eller 1:10 000):*

Terräng: I huvudsak skogsmark med inslag av ljunghed med delvis nedsatt löpbarhet, med ett fåtal stigar och vägar. Mindre sjöar och bevuxna mossar förekommer.

Kupering: Måttlig kupering, på de längre banorna finns några stora höjdparter. Terrängen är i huvudsak småkullig.

Framkomlighet: Delvis begränsad framkomlighet, på grund av ljunghed i slutet på banorna. På slutet av banorna är sikten mycket god, vid gott väder ser man ända till Vinga fyr.

*För banor från start 2 (skala 1:7500):*

Terräng: I huvudsak skogsmark med inslag av kulturmark med många vägar och stigar.

Kupering: Måttlig kupering med några större höjdparter.

Framkomlighet: God till mycket god framkomlighet.

**Miniknat:** I anslutning till Arena. Start 10:00 – 12.30. Kostnad 20:-

**RunOway:** Vi hoppas ni lägger upp era vägval på <http://www.obasen.nu/runoway/>.

Det är roligt, nyttigt och intressant!

**Kontrollmarkering:** Orange/vit skärm. Kontroller sitter bitvis **mycket** tätt – kontrollera kodsiffra och definition.

**Service på Arena:** Viltrapportering, barnpassning, dusch inomhus vid Arena, servering, sjukvård.

**Priser:** Preliminära tider för prisutdelning och antal priser per klass finns anslaget vid resultattavlan på Arenan.

**Överdragskläder:** Kan lämnas vid bägge starter – transporteras till Arenan.

**Maxtid:** 2½ timmar. Vid överskriden tid, gå omedelbart till mål och stämpla ut.

**Toaletter:** Finns på Arenan och vid start.

**Resultat:** Resultat med sträcktider kommer att finnas på FrölundaOLs hemsida <http://www.frolundaol.se>

**Sportförsäljning:** Av SM Sport [www.smsport.nu](http://www.smsport.nu)

**Tävlingsledning:** Banläggare Stefan Johansson och Richard Sott. Tävlingsledare Magnus Homann

*Hoppas ni får en vårfin tur i vacker skog!*

*Magnus Homann, TL*

*9/4 - 2010*

(karta till samlingsplats på nästa sida)

