

KOK:s sommar Quattro



2 + 2



15 juni-18 juni 2025

Kristinehamns OK bjuder in till 4 tävlingar **varav 2 av dem är**
onsdag 18 juni Park Tour Värmland Sprinttävling

Söndag 15 Förkortad långdistans Hultethöjden.
OBS! 1 etapp denna dag mot tidigare år
Måndag 16 juni -Tävlingsfri

Tisdag 17 juni –Medel Harberget

Onsdag 18 juni –Park Tour Värmland 2 st
sprinttävlingar

4 banalternativ gäller E1 och E2

Korta lätt ca 2000 meter /Vit (lätt)
Korta svår ca 2400 meter /Orange/Röd
Mellan ca 3300 meter /Violett
(medelsvår/svår)
Långa ca 4200 meter /Violett (medelsvår/svår)
Sprint och Förkortad medel kortare banor

15 juni
Etapp 1
Förkortad långdistans
Hultet
Start 13.00-15.00



17 juni
Etapp 2
Medel Harberget
Start 17.00-19.00



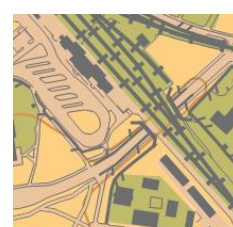
18 juni
Etapp 3
Sprint Stad

Start 17.30-19.00



18 juni
Etapp 4
Sprint Stad

Start 17.30-19.00



Inbjudan 2025

Välkomna till Kristinehamns OK sommartävlingar. Ett arrangemang i enkelhetens tecken. Spring, kontrollera ditt resultat vid utstämplingen och när du kommer hem finns resultatet på internet. Banorna läggs ut på Livelox Ta gärna med en arbetskamrat eller kompis som vill prova på.

Medtag eget fika.

Områden

Dag	Karta	Starttid	Typ
15/6	Hultet 1:7500	13.00-15.00	Förkortad långdistans
17/6	Harberget 1:7500	17.00-19.00	Medel
18/6	Stadskarta 1:4000	17.30-19.00	Stadssprint
18/6	Stadskarta 1:4000	17.30-19.00	Stadsprint

Banor av medelkaraktär (gäller Etapp 1 och 2)

Korta lätt ca 2000 meter /Vit (lätt)
Korta svår ca 2400 meter /Orange/Röd (medelsvår)
Mellan ca 3300 meter /Violett (medelsvår/svår)
Långa ca 4200 meter /Violett (medelsvår/svår)
Kartorna skrivs ut på färglaserskrivare

Banor varierar både av längd och karaktär beroende av terräng och etapp.

Avgifter

Avgifterna faktureras till tävlandes klubb i efterskott. Avgiften kan betalas på plats för tävlande utan klubbtilhörighet. Swich finns

Ungdom 40:- per etapp

Vuxen 60:- per etapp

Hyra SportIdentbricka 20:- per etapp Borttappad pinne debiteras 350:-

Anmälan

Föranmälan genom Eventor pga karttryck fram till 13 juni kl.23.00. Därefter välj dag. Se Eventor. Välj Inkludera Närtävling för att se vår tävling i Eventor. Det går bra att springa en eller flera etapper.

Det går även att anmäla via mail till Stefan Gunnarsson

stefan.gunnarsson54@gmail.com Vid anmälan via mail ange vilka dagar du ska springa, bana, namn, SI-nummer (ev lån av SI-bricka).

Direktanmälan är möjlig fram till 30 min före sista start på resp. etapp i mån av tillgång på kartor, dvs. 18.00 på vardagar och 13.30 på söndagen

OBS! För att kartor skall räcka till alla ombedes så många som möjligt att föranmäla sig via Eventor, se ovan.

Startmetod

Individuell start med fri starttid. Startstämpling.

Övrigt

Arena och parkering

Etapp 1 15 juni Kristinehamns OK klubbstuga, ingen vägvisning

Etapp 2 17 juni Fyndboa, fd Cabby, skärm vid Mc Donalds

Etapp 3 och 4 18 juni Park Tour Värmland. Arena Brogårdsskolan, se Google maps på Eventor, ingen vägvisning, se extra PM för parkering på Eventor

Tillgång till toa och dusch

-Etapp1&2 -Hultets omklädningsrum, Vägverkets toa Mc Donalds

-Etapp 3 -Ingen toa

-Etapp 4 -Ingen toa

Priser

Utlottade priser till de som deltagit i samtliga etapper

Tävlingsledare:

Stefan Gunnarsson 0706665870

stefan.gunnarsson54@gmail.com

Sekretariat:

Jonas Larsson

Banläggare:

Etapp 1 -Förkortad långdistans

Etapp 2 -Medel

Etapp 2 -Stad/Sprint

Etapp 3 -Stad/Sprint

Per Fredberg

Leif Ericsson, Simon och Camilla

Emelie Forslund

Emelie Forslund

Ingen poängberäkning sker detta år