



Välkommen till Hjortnatta och "Långa natten".

PM slutgiltigt

OK Skogshjortarnas Natt-OL fre 5 april 2013

SAMLING OCH TC: Idrottshallen, Hjälmareds Folkhögskola ca 4 km S Alingsås. Vägvisning från rv 180, därifrån ca 300 m. P-TC 100 m.

ÖPPNA KLASSER: Anmälan vid arenan från klockan 19.30. Avgifter: Vuxna 100 kr, Ungdom 55 kr, Hyra SI-pinne 25 kr. Ev. borttappad pinne debiteras med 400 kronor.

EFTERANMÄLAN PÅ TÄVLINGSDAGEN: Senast kl. 20.30 mot dubbel anmälningsavgift (50 % förhöjd anmälningsavgift för ungdom). Efteranmälan endast i mån av tillgång på karta.

FOREIGN CLUBS: Cash payment in advance.

STRUKNA OCH SAMMANSLAGNA KLASSER: D65 har slagits ihop med D60, D45 har slagits ihop med D40. Strukna klasser är D35 och H80. Aktuella banlängder framgår av startlistan.

OMBYTE och TOALETTER: Ombyte inomhus. Varmdusch inomhus för damer och i tält utomhus för herrar. Toaletter utomhus vid Idrottshallen, för damer dessutom inomhus. Ingen toa vid start.

SKOR: Inga ytterskor inne i idrottshallen.

STÄMPELSYSTEM: Sportident. Eventuell ändring av bricka meddelas sekretariatet före start.

START: Avstånd till start ca 900 m. Ingen toa vid start.

STARTTIDER: Första start kl. 21.00. Efteranmälda startar efter övriga i klassen. Starttid Öppna motionsklasser kl. 21.00 – 22.00. Maxtid 2,5 tim för samtliga löpare.

NUMMERLAPP: Obligatorisk för H21Lång. Självservering vid starten.

BOKKONTROLL/FJÄRIL: H21LÅNG har sk fjärilar med bokkontroll. Kontrollerna i dessa fjärilar skall tas i den ordning de är numrerade och bokkontrollen skall stämpas varje gång den passerar.

NYTT KARTTECKEN: Spång *med räcke* förekommer för de längsta banorna. Se kartprov vid start.

OTYDLIGA STIGAR: Delvis otydliga stigar är snitslade med hängande vit snitsel.

FÖRBJUDNA OMRÅDEN: Tomtmark och förbudssnitslade områden är förbjudna områden. Tillåten passage genom ett planterat hygge är markerat på kartan.

TERRÄNGBESKRIVNING: Terrängtyp – Skogsmark med inslag av stigar, skogsvägar och traktorstigar. Övervägande god sikt. Kupering – Måttlig till kraftig. Framkomlighet – God. Några stora hyggen förekommer. Samtliga banor passerar bebyggelse. Respektera tomtmark.

ISIGA PARTIER: Isiga stigar och andra jättehalkiga partier förekommer. Skor med metalldubbar rekommenderas. Sjöis får absolut ej beträdas.

SMAL TRÄBRO: Samtliga klasser passerar ett vattendrag på en smal träbro. Undvik omspringning där.

KONTROLLBESKRIVNING: Finns tryckt på kartan. Lös kontrollbeskrivning finns vid starten.

KONTROLLER: Kontrollerna har hängande reflexstav, elektronisk enhet samt reservstämpel, och är placerad på stativ eller på liggande trädstam.

VÄTSKA: Bemannade vätskekontroller finns vid 3 platser och är utmärkta på kartan.

MÅL: Avläsning sker i entren till Idrottshallen.

ÖPPNA KLASSER:	ÖM 4 lätt (gul)	2,8 km
	ÖM 5 mellan (orange)	3,6 km
	ÖM 6 mellan (röd)	4,6 km
	ÖM 7 svår (blå)	3,4 km
	ÖM 8 svår (svart)	4,4 km
	ÖM 9 svår (svart)	6,4 km

SERVICE: Cafeteria inne i Idrottshallen samt sjukvård. Sportförsäljning genom SM-Sport, www.smsport.nu.

PRISUTDELNING: Efterhand som klasserna är klara. Antal priser framgår av anslag på resultatlistan. DH35-75 hämtar priserna vid prisbordet utan prisceremoni.

TÄVLINGSLEDNING:	Tävlingsledare	Ted Liivrand	0322- 10764, 0702-850890
	Tävlingskontrollant	Göran Frisk	0322-622047
		OK Kullingshof	
	Banläggare	Kurt Fredrixon	0322- 520 08, 0705-590890
	Bankkontrollant	Lennart Hålsjö	0303-229316, 0730-938305
	Pressvärd	Kjell Einarsson	0322- 166 53, 0733-373676
	Upplysningar	Hjortgården	0322- 131 10

Välkomna önskar OK Skogshjortarna