



PM

Välkomna till Stafett-DM i Bohuslän-Dal 6/9



Klasser och banlängder	DM-klasser		Ej DM-klasser
	D10, 1,7 km	H10, 1,7 km	Stafett U-klass, 1,7 km
	D12, 2,2 km	H12, 2,2 km	Öppen motion 1, 2 km
	D14, 2,5 km	H14, 2,5 km	Öppen motion 5, 3,5 km
	D16, 2,6 km	H16, 3 km	Öppen motion 8, 4,8 km
	D17-20, 3 km	H17-20 3,9 km	
	D21, 4,4 km	H21 4,9 km	
	D105, 3,6 km	H105, 4,7 km	
	D130, 3,1 km	H130, 3,4 km	
	D155 2,8 km	H155, 3,7 km	
	D180, 2,8 km	H180, 3,1 km	

Klasserna D/H10 - D/H16 har två sträckor, varav den första sträckan får springas i par. Båda löparna ska vara samtidiga över mållinjen. Endast en löparbricka.

Gaffling förekommer för alla klasser utom D/H 10-12.

Klassen DH17-20 har endast två sträckor.

I klasserna D/H105-180 är minimiåldern 35 år.

Mästerskapstecken delas ut i de klasser där minst två lag har startat.

U-klassen har två sträckor med tillåten skuggning på båda sträckorna, ingen gaffling.

Anmälan till U-klass görs i sekretariatet på tävlingsdagen, senast kl. 10:00.

Samling: Norra Uddevalla. Bulid, UOK:s klubbstuga. Vägvisning från Uddevalla sjukhus.

Parkering: Nyckelås. Avstånd Parkering-TC 450-900m

Laguppställning: Lämnas senast fredag 4 september kl 20:00 på Eventor. Eventuella ändringar kan lämnas till sekretariatet senast kl. 09:30 tävlingsdagen.

Klubbkuvert: Klubbkuvert finns att hämta ut klubbvis på TC. Kuvertet innehåller nummerlappar, blanketter för lagändring och ev hyrbrickor. Nummerlappar skall bäras av samtliga löpare, ej i öppna motionsklasserna. **Medtag egna säkerhetsnålar!!**

Karta: Reviderad 2015, skala 1:10 000 för samtliga klasser. **OBS!HD180 har skala 1:7 500**, ekv 5 m. Kartan är digitalt kopierad, SOFT godkänd.

Kontrolldefinition: Definitioner är endast tryckta på kartan.

Terrängbeskrivning: Banorna går genom ett stigrikt område med varierad skogsmark och delvis kulturmark. Lätt till stark kupering. Mestadels god framkomlighet.

Obs! Flera klasser passerar broar som kan vara hala, ta det försiktigt!





PM

Välkomna till Stafett-DM i Bohuslän-Dal 6/9



Start: Start sker i omgångar på arenan. Löpare på sträcka 1 går in i startfällan på anvisad plats där SI-brickan kontrolleras. Löparna ska finnas på plats senast 5 minuter före start.

10:30: HD21, HD17-20, HD130

10:35: HD105, HD155, HD180

10:40: HD16, HD14, HD12, HD10, U-klass

Öppna Motionsklasser: Direktanmälning görs i sekretariatet. Fri start i anslutning till arenan mellan kl. 10:30-12:00.

Växling: Sker med kartöverlämning. Efter målstämpling överlämnas löparens karta till funktionärerna därefter tar man nästkommande sträckans karta märkt med rätt lag-/sträcknumrering. Tar man fel karta medför diskvalificering för laget.

Målgång: Måldomare avgör vilken löpare som passerar mållinjen först. Målstämpling sker efter mållinjen i den ordning som löparna har gått i mål. Efter målgång samlas kartorna in och delas ut efter sista sträckan startat. Omstart sker vid behov via meddelande från speakern.

Miniknat: Miniknat kl 10.30 – 12.00, 20 kr/start.

Prisutdelning: Speakern meddelar när det är klart för prisutdelning. DM-plaketter delas ut till de tre främsta lag i varje klass. U-klass erhåller pris direkt efter målgång. Lottat pris i Öppna Motionsklasserna.

Klubbpris: Ett klubbpris delas ut till den klubb som har flest deltagare DM-klasser + U-klass.

Service: Välsorterad servering, sjukvård, toaletter och inomhusdusch. **Duscha inte för länge, tänk på att era lagkamrater också vill ha varmvatten!!**

Obs! Ingen sportförsäljning.

Tävlingsjury: Carl-Göran Struts, Eds SK
Gunnar Persson, Svanesunds GIF
Jan Hansson, Stenungsunds OK

Tävlingsledning:	Tävl.ledare: Malin Widén, 073 088 80 51
	Banläggare Frida Strömgård, 073 390 11 49
	Bankontrollant: Gunnar Persson, 070 992 70 23
	Tävlingskontrollant: Jerry Rasmusson, 0522-868 40 eller 070 734 93 38
	Hemsida: www.uok.se





PM

Välkomna till Stafett-DM i Bohuslän-Dal 6/9

