

Gästrike SkidO Cup

PM

Alla spår kommer att ha klassiska spår, gäller även smalspår. Detta på grund av rådande väderförhållanden. Klassiska skidor med fästvalla är att rekommendera, men det är förstås tillåtet att åka skate.

Samling: Årsunda IP, 15 km söder om Sandviken.

Anmälan och avgifter: Efteranmälan mot förhöjd avgift. 75 kr för ungdom upp till 16 år, 125 kr för övriga. Sportident finns även att hyra för 25 kr.

Banor: Fyra banor. Bana 1 är enklare än de andra banorna. Bana 4 byter karta efter 6,1 km. Vid starten erhålls båda kartorna.

- Bana 1 – 2 470 m
- Bana 2 – 4 120 m
- Bana 3 – 5 690 m
- Bana 4 – 7 870 m

Patrull: Om två deltagare önskar åka tillsammans, så är det tillåtet.

Start: Deltagaren väljer en ledig starttid i skidstugan. En minuts mellanrum mellan starterna (ungefär). Startstämpling sker i en SI-enhet. Karta fås 15 sekunder före start.

Stämplingssystem: SportIdent (ej touchfree). Enheterna hänger i snöre vid kontrollerna, var försiktig!

Kartställ: Det finns minst fyra kartställ till utlåning, först till kvarn gäller. Det finns plastfickor och snören på plats för tillverkning av provisoriska "kartställ".

Karta: Årsundaheden. Skala 1:7 500. Kartan är omgjord till SkidO-norm.

Omklädning och dusch: Varmdusch och omklädning inomhus på Årsunda IP.