



PM

DM Långdistans

4:e september 2016

- Samling:** Lockhyttan, längs vägen Närkes Kil och Pershyttan. Vägvisning från väg 749 N Närkes Kil.
- Parkering:** Endast på anvisad plats. Avstånd till TC max 500 m. Parkeringsavgift 20 kr.
- Direktanmälan:** Anmälan vid TC 09:00 – 11:00. Avgift vuxen 120 kr, ungdom till och med 16 år 70 kr. Avgiften faktureras. Klubblösa löpare betalar kontant vid anmälan.
- Vakansplatser:** Ett begränsat antal platser finns i ungdomsklasserna till och med HD16. Platserna tillsätts på tävlingsdagen fram till klockan 09:30.
- Skuggning:** Skuggning i klasserna U1, U2 och Inskolning är tillåten, även innan eget lopp. Svart/vit karta finns till följeslagare.
- Start:** Första start 10:00. Efteranmälda startar först i respektive klass. Till start orange/vit snitsel 1200 m, väg och stig. Inskolning, U-klasser och Öppen/Motion har startstämpling och fri start 9:30 – 11:30.
- Samtidigt som DM genomförs löpartävlingen Bergslagsleden Ultra. De snabbaste löparna från den tävlingen kommer att passera i terrängen närmast starten under förmiddagen. Iakttag försiktighet och visa hänsyn.
- OBS! Inga toaletter vid start!**
- Strukna klasser:** D18, D35, D65, D75, H20 samt H35.
- Maxtid:** 2,5 timmar.
- Stämplingssystem:** SportIdent.
- Hyrbrickor:** Hyrbrickor finns att hämta i sekretariatet. Hyra av bricka 25 kr. Ej återlämnad bricka debiteras 400 kr via faktura till klubben.
- Kontroller:** Kontrollerna är utmärkta med orange/vit skärm. Vid skärmen finns en SI-enhet placerad. Se till att ljud- och/eller ljussignal registreras vid stämpling. Om inte enheten fungerar, stämpla i reservruta.

| | |
|-------------------------------|--|
| Vätska: | De längre banorna har vätska vid en kontroll utefter banan. Glöm inte att stämpla! |
| Karta: | Lockhyttan, reviderad 2015-2016 av Anders Bergman och Weine Fredriksson. Skala 1:15 000 för HD16 – HD21, 1:7500 för HD60 och äldre, 1:10 000 för övriga. Ekv. 5 m. Laserutskrift. |
| Kontrollbeskrivning: | Endast lösa. |
| Dusch: | Hänvisas till Hallskogsvallen norr om Närkes Kil alternativt våtklut. |
| Toaletter: | Finns endast i anslutning till TC. |
| Sjukvård: | Sjukvård finns vid TC. |
| Försäljning: | Enklare marka, korv men inte hamburgare! |
| Priser: | Plaketter till 1:an, 2:an och 3:an i klasserna HD10 – HD21 i övriga klasser till segraren. Priser till alla i U-klasser och inskolning, hämtas i markan. |
| Miniknat: | Anmälan och start 9:00–11:00. Avgift 20 kr. |
| Barnpassning: | Finns ej. |
| Swishbetalning: | På TC kan du betala med Swish till nummer: 123 222 04 99 Kontrollera att betalning sker till KFUM Örebro OK och märk betalningen med alternativen Park, Direkt, Miniknat eller Marka. |
| Tävlingsregler: | SOFT:s tävlingsregler. |
| Tävlingsjury: | Björn Alpberg, Almby IK Niklas Sander, OK Milan Sofia Carlsson, Lindebygdens OK |
| Tävlingsledning: | Henrik Nord 070 – 301 14 82 |
| Banläggare: | Anders Bergman, Erik Harlén. |
| Ban- och tävlingskontrollant: | Johan Oscarsson, Laxå OK. |

Välkomna önskar KFUM Örebro OK!