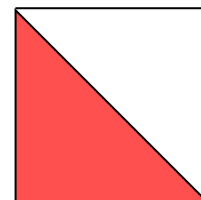




PM för etapp 3 2016-10-12 Rolles Nattcup 2016



- Samling: Hultets friluftsgård.
- Klasser, OL: Herrar lång, Damer lång, 5,2 km
Herrar mellan, Damer mellan, 3,4 km
Prova-på, 2,5 km
Herrar challenge, Damer challenge, 5,2 km
- Klasser, MTBO: MTBO Herrar lång, MTBO Damer lång, 7,7 km
MTBO Herrar kort, MTBO Damer kort, 4,8 km
- Karta: Skala 1:10 000
- Kontrollbeskrivning: Endast tryckt på kartan.
- Stämpling: Sportident, alla typer av brickor. Brickor finns att hyra, 20 kr/gång.
Borttappade brickor 400 kr.
- Kartställ: Kartställ finns till utlåning för MTBO. Hämtas i sekretariatet.
- Anmälan: Alla som startade på endera etapp 1 eller etapp 2 är automatiskt anmälda till etapp 3. Övriga är välkomna att direktanmäla sig i sekretariatet.
- Anmälningsavgift: 25 kronor för ungdomar till och med 16 år, 50 kronor för övriga. Alla avgifter faktureras. Klubblösa betalar kontant vid anmälan. KOK:are gratis.
- Start: Avstånd till start, ca 100 m. Fri start från kl. 19:00. Starten stänger kl. 20:00.
- MTBO och OL samtidigt i skogen – visa varandra hänsyn:
Håll uppsikt vid passage av vägar och större stigar eftersom cyklisterna har större fart än löparna. **Visa som vanligt hänsyn till varandra i skogen, oavsett om vi tar oss fram till fots eller cykel!**
- Dusch: Tillgång till omklädning och dusch inomhus finns.
- Prisutdelning: Inomhus vid Hultet direkt efter tävlingen, där det även finns möjlighet att köpa fika. Sammanlagda tiden för alla tre etapperna räknas.
- Servering: Enklare servering med bl.a. kaffe och kaffebröd inomhus i klubbstugan efter tävlingen.
- Tävlingsledare: Heléne Svensson, 0550-162 04
- Banläggare: Göran Nilsson och Bo Gustafsson (OL)
Leif Celander (MTBO och challenge)
- Tävlingssekreterare: Jonas Larsson, 070-579 80 94

**Välkomna till en nystart av Rolles Nattcup önskar
Kristinehamns OK!**

Hemsida: www.kristinehamnsok.nu