

PM

Vålådalen 8 & 9 juli 2017

Samling:	Vålådalens Fjällstation
Parkering:	Vid idrottsplatsen för daggäster och Camping. För hotellgäster vid hotellet. Avstånd från parkering till arena är ca 500 meter.
Husvagnar/husbilar:	Husbilar och husvagnar parkerar nedanför tennisplanen alternativt vid sporthallen. Anmäl och betala i receptionen. Avstånd från parkering till arena är ca 200 meter.
Camping:	Gäster som önskar Camping parkerar vid idrottsplatsen och anmäler sig i receptionen och erlägger avgiften där. Campingen sker ovanför idrottsplanen. Tillgång till toalett och dusch är vid sporthallen och bastun.
Öppna klasser:	Anmälan fram till 11:00 lördag och fram till 10:00 söndag. Fri start 11–12 lördag och 10-11 söndag. Avgift är 75 kr för ungdom och 130 för 17 år och äldre, per dag. Debiteras klubben alternativt Swish eller kontanter. Klubblösa betalar kontant eller Swish. Swishnummer: 123 172 12 08.
Start:	Första start 11:00 lördag och 10:00 söndag. Avstånd till start 1 är 2300 meter båda dagarna. På söndag är det kraftigt uppför till starten – ta god tid på er. Start 2 gäller för HD10, HD12, HD12K, HD14K, U1, U2, INSK, ÖM1-3 och där är avstånd till start 300 meter på lördag och 100 meter på söndag.
Överdragskläder:	För start 1 - ta gärna med överdragskläder. Hämtas av den tävlande på samma plats efter målgången i skogen respektive på fjället.
Si-pinnar	Hyrpinnar som ej är hämtade vid sprinten hämtas vid arenan. Hyra för SI-Pinne 30 kr/dag. Ej återlämnad pinne efter dag 3 debiteras med 400 kr.
PM/Startlistor:	Finns på Eventor och anslaget på arenan.
Kartskala/kontrolldef.:	För HD60 och äldre samt HD10, HD12, HD12K, HD14K, U1, U2, INSK, ÖM1-3 gäller 1:7 500 för övriga 1:10 000. Kontrolldefinitioner finns på kartan och lösa vid starten.
Terräng:	För klasserna HD10, HD12, HD12K, HD14K, U1, U2, INSK, ÖM1-3 är det stigrig terräng med lätt kupering båda dagarna. Övriga klasser under lördagen är det lättlöpt skogsterräng med måttlig kupering. Området har varit undantaget från skogsbruk under lång tid och vindfällda träd har fått ligga kvar. Endast sammanhängande områden med vindfällen är redovisade på kartan. Övriga klasser under söndagen är det lättlöpt fjällterräng, kraftigt kuperat med mycket god framkomlighet.
Blötmarker:	Pga sen snösmältning kan blötmarkerna vara något diffusa - svåra, för deltagarna, att exaktbestämma kanterna på.

Vinterleder:	Vinterleder är ej markerade. Finns det en gata i skogen där spår går fram på vintern är den givetvis gulmärkt. Är det stig i vinterleden så är det givetvis med på kartan.
Rullskidåkare:	Var uppmärksam på rullskidåkare som susar fram med god fart på de asfalterade slingorna. Gäller de som startar på Start 2.
Vätska:	Inga vätskekontroller finns. Vatten i rinnande bäckar går bra att dricka.
Banlängder:	Enligt bifogat dokument.
Tävlingsregler:	SOFT:s regelverk gäller.
Stämpling:	Sker med SI-pinne (ej touch free).
Mål:	Målgång sker genom stämpling på mållinjen. Målet för de som startar från Start 1 är i skogen/fjället. Den tävlande går sedan till arenan för utloggning. Även de som bryter tävlingen måste logga ut på arenan.
Klädsel:	Enligt SOFT:s regler.
Jury:	Utses bland de tävlande om ärende kräver jurybeslut.
Miniknat/barnvakt:	Finns på lördag och söndag vid tävlingsarenan.
Dusch/Toaletter:	Finns i sporthallen. Dessutom finns toaletter på fjällstationen. Begränsade toaletter finns vid start 1 båda dagarna. Vi tävlar i ett friluftsområde och tilltänkt nationalpark varför inga papper får lämnas i naturen.
Priser:	Till ungdomarna 2 st Vålådalspris lottas ut bland samtliga deltagare, undantaget ungdomar och vinnarna aHD21, som fullföljt alla tre dagarna. Vinnarna måste finnas närvarande vid prisutdelningen. Vid icke närvarande görs ny lottning. Vålådalspris ges även till bästa herre och dam i HD21. Beräknas på bästa platssiffra efter tre dagar. Pristagaren måste finnas närvarande vid prisutdelningen.
Vålådalspriset:	Är logi och helpension för två dagar för två personer på Vålådalens Fjällstation att nyttja på av pristagaren lämplig tidpunkt.
Idrottsmuseet:	Visning och guidning av idrottsmuseet sker på lördagen. Intresserade samlas utanför Fjällstationens entré klockan 16:00. Guide är Jonas Ågren.
Seminarium:	Seminarium med David Andersson sker på lördagen klockan 19:30 i hörsalen som ligger i Tipshuset.
Mat & dryck:	Mat, dryck och annat finns att köpa på Fjällstationen.
Tävlingsledare:	Lars strinnholm
Banläggare:	Medeldistans - Tom Brantheim Förlängd långdistans söndag – Fredrik Martinsson
Bankontrollant:	Ola Lindgren