



GMOK Höstmedel 2017-10-22



## Göteborg-Majorna OK inbjuder till Höstmedel 2017

### GMOK's medeldistans söndagen den 22 oktober med den sista deltävlingen i GOF's Ungdomsserie 2017

#### Klassindelning och preliminära banlängder

D85	2,0	H85	2,0	Insk	1,9
D80	2,0	H80	2,2	U1	2,0
D75	2,1	H75	2,8	U2	2,1
D70	2,2	H70	3,0		
D65	2,2	H65	2,9	ÖM1	2,5
D60	2,4	H60	3,1	ÖM3	2,6
D55	2,7	H55	3,4	ÖM5	3,6
D50	3,1	H50	3,8	ÖM7	2,8
D45	3,3	H45	3,8	ÖM8	4,2
D40	3,5	H40	4,1	ÖM9	4,6
D35	3,5	H35	4,2	ÖM Trail	5,0
D21	3,8	H21	4,9		
D20	3,8	H20	3,7		
D18	3,5	H18	3,5		
D16	3,3	H16	3,7		
D16K	2,8	H16K	2,9		
D14	2,8	H14	2,9		
D14K	2,2	H14K	2,3		
D12	2,2	H12	2,3		
D12K	2,1	H12K	2,1		
D10	2,1	H10	2,1		

#### Miniknat

Start på TC mellan kl 10.30 – 12.30. Kostnad 20 kr.

#### Anmälan

Anmälan skall vara oss tillhanda senast söndagen den 15 oktober kl 23.59 via Eventor, endast i undantagsfall via e-post till [dmartinsson91@gmail.com](mailto:dmartinsson91@gmail.com)

Efteranmälan mottages senast torsdagen den 19 oktober kl 20.00 enligt anmälan ovan. Om du använder egen Sportidentbricka måste brickans nummer anges i samband med anmälan, annars blir du tilldelad en hyrbricka. Kostnad för hyrbricka 25 kr. Förlorad bricka kostar 400 kr.

Inskolningsklass, U1, U2 och Öppna motions klasser har även anmälan på tävlingsdagen. I och med anmälan godkänner den startande att start- och resultatlista publiceras på Internet.

## **Avgifter**

Ungdom upp t.o.m. 16 år 70 kr. Vuxna 120 kr. Efteranmälan med tillägg på 50%. Oanslutna och utländska klubbar betalar på tävlingen.

## **Samling och Parkering**

Härlanda tjärns badplats, Smörslottsgatan Göteborg. Parkering i möjligaste mån på närliggande parkeringsytor (max 200 meter från arenan). Vid händelse av mycket bilar så hänvisas till Skatås motionscentrals parkering (ca. 2km ifrån arenan). Cykling till tävlingen rekommenderas. Buss 17 till hållplats Spåntorget är närmast med kollektivtrafiken (ca. 600 meter från arenan).

## **Karta**

Certifierad utskrift från kartdatabas (Delsjön), reviderad 2015. Skala 1:7500 för H/D 60 och äldre, övriga klasser 1:10000. Ekvidistans 5 meter.

## **Terrängbeskrivning**

Terrängtyp: Typisk göteborgsterräng med en blandning av lätt-löpta bergsåsar, tyngre tuv mossar och mer öppna partier. Den sena årstiden gör tuv mossarna mer lättlöpta än under sommaren. En del detaljrika sluttningar. Sankmarker förekommer i normal omfattning.

Tävlingen går i ett välfrekventerat rekreativområde där mycket folk rör sig, vilket gör att spontanstigar uppstår lätt, särskilt cykelstigar.

Kupering: Svag till måttlig kupering, de längre banorna har kortare partier med start kupering

Framkomlighet: Mycket varierande, från tungsprungna tuv mossar, lätt-löpta bergsåsar och mycket lättlöpta öppna skogspartier med obefintlig undervegetation.

## **Start**

Första starttid är kl 11.00. Inskolning, U-klasser och Öppna motionsklasser har fri starttid mellan kl 10.30 och 12.30. Efteranmälda startar före första start i resp. klass. Avstånd till start ca. 400 m, samtliga klasser har samma start.

## **Service**

Varmdusch, toalett, servering med vegetariska alternativ, första hjälpen, barnpassning och sportförsäljning – SM Sport.

## **Tävlingsledning**

Tävlingsledare: Daniel Martinsson 0733-147358

Banläggare: Jens Kaminsky 0739-021752, Acke Wåhlander

Tävlingskontroll: Representant ifrån Kungälv OK

Bankontroll: Bertil Quick

Välkomna önskar GMOK!

**TRIMTEX**  
— Custom sportswear —