Herrestads AIF  
*Presenterar 15 Maj*

*PM*

**Anvisningar:** Tävlingen börjar med ett kvalheat med individuell start - se startlista.   
Första start kl.11.00. Öppna banor startstämpling, anmälan på TC.

**Semifinal:** Start: kl. 12.00-12.35 Startlista kommer upp när alla är i mål efter kvalet.  
Masstart för B-finaler 12:45.

**Finalerna:** D Ungdom kl. 12.50, D Rutin kl. 12.55, H Veteran kl. 13.00  
H Rutin kl. 13.20, H Elit kl. 13.25 och D Elit kl. 13.30.  
Tiderna är ungefärliga och kan ev. komma att förskjutas lite.

**Regler:** Enligt SOFTs sprintnormer. Se anslag på TC

**Samling:** Mosshed. Vägvisning från v.44 strax söder om Torp Köpcentrum. Parkering i anslutning till TC.

**Stämp.sys:** SPORTident.

**Karta:** Nyritad 2011. Kartritare: Magnus Carlstedt. Skala 1:2500

**Terräng:** 50% lättlöpt, måttligt kuperad barrskog och 50% ängsmark/fårhage.

**Service:**  Cafeteria. Sjukvård.

# DAMDUSCH+Toa: BLÅ/VIT SNITSEL :100 meter inomhus hos Västsvenska Staket

**HERRTOA:** RÖD/VIT SNITSEL: 150meter inomhus hos Fritidsforum/urinoar på TC

**HERRDUSCH:** BLÅ/RÖD SNITSEL:800meter inomhus på Herrestads skolan öppnar kl. 12.30. Herrar som springer öppna banor kan duscha i damduschen. Det finns duschvakt att kontakta utanför damduschen.  
 **Kontaktpersoner:**Marcus Hansson 076-7609042 Patrik Hansson 076-7637390

