

Främmestads IK



**Främmestads IK och OK Kullingshof
Inbjuder er till**

**FIVE-O
ÖJETRAMPEN**
est. 1966

Påskafton, lördag 31 mars 2018
Nationell långdistans med elitklasser

29 mars - 2 april 2018
FIVE-O
natt - sprint - lång - medel - medel

5 tävlingar på 5 dagar
i härlig västsvensk terräng
med 3 högklassiga elittävlingar

Totalcup för DH14 & DH16
över samtliga 5 tävlingar

Totalcup för elitklasser
över de 3 avslutande elittävlingarna

Komp
F
högkva



Klasser - Långdistans

Herrar

H10
H12 H12 kort
H14 H14 Kort
H16 H16 Kort
H17-20 Kort
H18 Elit H18
H20 Elit H20
H21 Elit H21
H21 Kort
H35
H40
H45
H50
H55
H60
H65
H70
H75
H80
H85

Damer

D10
D12 D12 Kort
D14 D14 Kort
D16 D16 Kort
D17-20 Kort
D18 Elit D18
D20 Elit D20
D21 Elit D21
D21 Kort
D35
D40
D45
D50
D55
D60
D65
D70
D75
D80

Motions-ol

Inskolning

Utveckling

U1

U2

Öppen motion

ÖM1

ÖM3

ÖM5

ÖM6

ÖM7

ÖM8

ÖM9:

ÖM trail

SAMLING/ARENA: Främmostad samhälle

TERRÄNG:

Skogsmark med mestadels god framkomlighet. Lätt till måttlig kuperad terräng.
Inslag av sankmarker på de längre banorna.

KARTA: Kartan är ritad av Kjell Larsson 2016 och klubbreviderad 2017/2018
Skala H/D 16-21 1:15 000. H/D 60- 1:7500. Övriga 1:10 000. Ekvidistans 5 m

ANMÄLAN: Oss tillhanda senast söndag 25 mars kl 23:59 via Eventor eller under adress:
OK Kullingshof, Parkgatan 51, 447 34 Vårgårda, 0322-62 15 50,
e-post: ojetrampen@gmail.com

EFTERANMÄLAN: Senast torsdag 29 mars kl. 23.59 via Eventor, ojetrampen@gmail.com

DIREKTANMÄLAN: Öppna motionsklasser, U-klasser och Inskolning kl. 10.00- 12.00.
Knatteknat kl 9.00- 11.00.



AVGIFTER: Anmälningsavgift HD-16; 75 SEK, HD17-; 130 SEK, Elit; 180 SEK.
Efteranmälan +50%, Öppen klass; HD-16 ; 75 SEK, HD17- ; 130 SEK
Hyra för Sportident-bricka 25 SEK. Förlorad hyrbricka debiteras med 300 SEK.

Svenska klubbar faktureras avgiften i efterhand. Betalningstid 15 dagar.

Utländska klubbar skall betala avgiften i samband med anmälan. Tag med kvittot till tävlingen!

Betalning i SEK till IBAN kontonummer SE52 8000 0830 4800 3151 9325

Kontohavare OK Kullingshof BIC/SWIFT-adress SWEDSESS

Sparbanken Alingsås, Box 553,n441 16 Alingsås

Avgiften (inkl. öppna klasser) kan även betalas i sekretariatet på tävlingsdagen, innan start.

Parkering/Arena: Främmostad samhälle.

AVSTÅND P-ARENA: 300-1000 m.

HUSVAGNAR och HUSBILAR: Kan ställas upp på grusplanen på Bergevi idrottsplats, cirka 1,5 km från arenan. På Bergevi finns tillgång till toalett. Bergevi ligger på höger sida när man precis kommer in i Främmostad från väg 186 Grästorp/Nossebro. EJ tillåtet att campa på parkeringen! GPS koordinater: 58°14.305'N 12°40.853'E.

START: Första ordinarie start kl. 10.00. Avstånd till start 250-800 m

STÄMPELSYSTEM: Sportident. SI-card t.o.m. version 11 kan användas.

SERVICE: Varmdusch 200 m, barnpassning, servering, sjukvård samt sportförsäljning.

TÄVLINGSLEDNING:

Tävlingsledare:	Mattihas Kjell	073- 0283526
Bitr tävl.led:	Ingvar Ivarsson	070- 5778075
Banläggare:	Robert Jessen	070-5566861
	Bengt-Åke Jansson	070-8464114

Upplysningar:	Ingvar Ivarsson	070- 5778075 ingvar.ivarsson@gmail.com
	Mattihas Kjell	073- 0283526 mattihas.kjell@ilpost.se

HEMSIDA:

<http://www.idrottonline.se/essunga/frammestadsik-orientering>

<http://www.idrottonline.se/vargarda/okkullingshof>

<http://www.five-o.se/>