



PM

Öppna Motionsklasser, U-klasser och Inskolning Lagadalskampen 2018-05-06

Anmälan: Du kan anmäla dig mellan kl 9:00 ñ 11:30
Start mellan 9:30 ñ 12:00
Ta med din SportIdent-bricka.
Om du inte har en sådan, kan du hyra en för 30 kr.

Banor: Du väljer bana när du anmäler dig.

Lätt

Inskolning	grön	1810 m	1:10 000
U1	grön	1810 m	1:10 000
U2	vit	1980 m	1:10 000

Öppen Motion 1	vit	2020 m	1:7500
Öppen Motion 3	gul	2480 m	1:7500

Medelsvår

Öppen Motion 5	orange	3080 m	1:7500
----------------	--------	--------	--------

Svår

Öppen Motion 7	blå	2880 m	1:7500
Öppen Motion 8	svart	4590 m	1:7500

Beskrivning av nivå enligt SOFT

Grön:	Banan ska läggas i terräng med tydliga och sammanhängande planbilsdetaljer, vägar, stora stigar, byggnader, öppen mark och så vidare. Kontrollerna på grön bana ska alltid placeras på ledstången och endast utgöra ett kvitto på att löparna följer det självklara vägvalet.
Vit:	Tydliga och sammanhängande planbilsdetaljer Kontroll markerar endast avslutning på sträcka och övergången till ny. Lätta och tydliga kontrollföremål.
Gul:	Något svårare terräng, enkel framkomlighet. Sammanhängande system av vägar, stigar, vattendrag, öppen mark eller liknande.
Orange:	Lättframkomlig terräng, ej för kuperad, skogsmark, gärna med inslag av kulturmark.
Blå:	Svårighet anpassas till de skickligaste. Mer kurvbild och detaljrik terräng nyttjas. Svårtillgänglig, tung terräng undviks.
Svart:	Samma som blå, men alla typ av terräng får förekomma.
Start:	Orange/vit snitsel, 800 meter för samtliga klasser på väg. På väg till start passeras en trafikerad väg. Var försiktiga! Starten är förlagd inne på Vegtech plantage. Odlingsytor får ej beträdas. Möjlighet till uppvärmning finns på vägar och gräsytor utanför odlingsytorna.
Vid start:	Starten är öppen mellan kl.9:30 - 11:30. Fri starttid.
Målgång:	Målstämpling sker vid målet. Även om du bryter loppet måste avläsning ske vid utstämplingen / sekretariatet. Ev. hyrd bricka återlämnas efter avläsningen. Ej återlämnad bricka debiteras med 400:-.
Övrigt:	Övrig information se ordinarie PM.

Välkomna!
FK Finn