



PM för Propagandan Nationell Medeldistans Söndag 6/5



Tävlingen är en del av Värmlandstrippeln – ett spännande Värmlandsäventyr med tre tävlingar i samarbete mellan OK Tyr, Skattkärrs SOK och OK Älgen.

SAMLING

På arenan i Sälderbråten i Göstahult. Vägvisning från E18 vid Skattkärrsmotet 5 km öster om Karlstad, därifrån ca 3 km till arenan.

PARKERING

I anslutning till arenan. Eventuellt längs väg vid regn. Följ arrangörernas anvisningar. Frivillig parkeringsavgift 20kr.

DIREKTANMÄLAN

Anmälan kan ske på arenan i öppna motionsklasser till ordinarie anmälningsavgift. Följande ÖM-klasser finns: ÖM1, ÖM3, ÖM5, ÖM7, ÖM8. Avgift ungdomar t.o.m. 16 år 75 kr, övriga 130 kr.

START

Fri starttid mellan 11:00 och 12:30. Köstart och startstämpling i samtliga klasser, förutom för HD18-21 som har lottade starttider. Vid köstart är det start varje hel minut (vid pip) och då max en deltagare per klass. Följ startpersonalens anvisningar. HD10-16 får kartan en minut före start.

Start 2: 700m väg, Klasser H10, D10, H12K, D12K, Inskolning, U1.

Start 1: 1000m väg, Övriga klasser

Inga toaletter vid start. Möjlighet att lämna överdrag finns vid starten.

ANGIVELSER

Lösa angivelser för alla. Angivelsen finns tryckt på kartan.

BANLÄNGDER

		H80	2 600 m	ÖM 1	2 580 m
D70	2 600 m	H70	3 000 m	ÖM 3	2 990 m
D60	2 730 m	H60	3 410 m	ÖM 5	3 470 m
D50	3 030 m	H50	3 600 m	ÖM 7	3100 m
D40	3 520 m	H40	4 020 m	ÖM 8	4 530 m
D21	3 780 m	H21	4 630 m		
D20	3 570 m	H20	3 850 m	Insk.	1 810 m
D18	3 520 m	H18	3 710 m	U1	1 820 m
D16	3 480 m	H16	3 520 m	U2	2 580 m
D14	2 960 m	H14	3 030 m		
D12	2 670 m	H12	2 600 m		
D10	1 910 m	H10	1 940 m		

STÄMPLINGSSYSTEM

SportIdent. Hyrbrickor hämtas i sekretariatet för de löpare som inte har egen bricka.

KARTA OCH TERRÄNGBESKRIVNING

Skala 1:10 000, ekvidistans 5 m. ÖM7, HD60-80 har skala 1:7 500.

Huvudsakligen öppen skog med god framkomlighet. Svag kupering och rikligt med stigar.

VARNING! Efter de senaste dygnens rikliga nederbörd är vissa sankmarker, diken och bäckar översvämmade och svårpasserade på flera ställen. Några klasser ska passera dessa. Iakttag försiktighet vid passage!

VILTRAPPORTERING

Synligt vilt ska rapporteras av löpare vid målgång.

TOALETTER

Finns endast vid arenan.

ÖVRIG SERVICE

Barnpassning, sjukvård, servering och tempererad dusch i anslutning till arenan.

MINIKNAT

Start mellan kl. 10:00-12:00. Avgift 20 kr.

PRISER

Priser till alla i HD10-14, inskolning, U1 och U2. 1:a, 2:a, 3:e pris i HD16-20. Segrarpriser i HD21 och uppåt. Speakern meddelar när dessa kan hämtas ut.

TÄVLINGSORGANISATION

Tävlingsledare:	Martin Ljungberg	070-329 59 79
Banläggare:	Ann Hyvönen	070-654 15 93
Tävlingskontrollant:	Sören Johansson, VOF	070-695 89 76
Tävlingsjury:	Matts Bergenfur	IK Vikings OK
	Ylva Olm	Kils OK
	Helen Skog	Kils OK