



Frösö IF Orientering

PM FRÖSÖ 5-DAGARS 2018

Etapp 3, torsdag 17 maj

Plats:	Frösö sportstuga, Samåk gärna
Avstånd till start från TC:	Etapp 3: 851 meter Följ rödvit snitsel till start! Miniknat startar vid Sportstugan
Start:	17:00-19:00 (OBS, tömning av SI-pinne sker vid start)
Mål:	Målstämpling sker ute i skogen, där slutar tiden att tas. Avläsning av "löpar-pinnen" (Sportident) sker vid Frösö Sportstuga. Miniknat har målstämpling vid Sportstugan alla etapper. OBS: Det är viktigt att alla avläser sin pinne efter genomfört lopp, så vi kan ha koll på vilka som är kvar i skogen.
Karta:	Karta: E 1-3 Frösöberget 1:7500, ekv. 5 m E 4-5 Frösö Västra 1:10 000, ekv. 5 m
Banor:	Kartor med banorna finns uppsatta vid Sportstugan innan start.
Resultat:	Resultat finns på TV-skärm vid Frösö Sportstuga.
Avgifter:	Vuxen: 50:- Ungdom (<17 år): 30:- (Frösö IF-medlem 0:-) SI-pinne: 30:- i hyra Miniknat: 10:- (SI-pinne utan kostnad)
Terräng:	Etapp 3: I huvudsak skogsmark med inslag av ett flertal stigar. Kuperingen är medel till kraftig på Frösöberget och framkomligheten är mestadels god. Löparheten sänks dock något pga vissa grönområden, snö och rötter.
Kontroll-beskrivning:	Kontrolldefinition är tryckt på kartan, finns även som lös.
Maxtid:	2 timmar. OBS! sista start 19:00
Prisutdelning:	Utlottning av pris på samtliga banor efter varje etapp. Bland dem som deltar på samtliga 5 etapper lottar vi ut finare priser!
Dusch:	Ja med bastu
Servering:	Fika, korv, kolbullar, kaffe, dricka, mm. Cafe i sportstugan och kolbullesäljning ute.
Tävlingsledning:	E3 Torulf Bäckman, 010-577 6433
Banläggare/ban-kontroll	E3 Hans Swartz, Mikael Hallmans