PM

JVM-tester

Medeldistans

Lördag 26 maj

Samlingsplats	Sånnahallen, Åhus
Parkering	I anslutning till Sånnaskolan.
Stämplingssystem	SportIdent. Eget bricknummer anges vid anmälan. Saknas bricka tilldelas hyrbricka som debiteras med 30 SEK.
Anmälan	Ordinarie anmälningsavgift 180 SEK. Efteranmälningsavgift 270 SEK. Efteranmälan mot 50% förhöjd avgift senast **Torsdag 24 maj kl 20.00**
Karantän	Karantän i Sånnaskolans matsal. Öppnar 09.20. **Samtliga löpare ska ha checkat in i karantän senast 10.00.** Ledare får följa med in i karantän, men ej anlända efter 10.00. All form av kommunikationsutrustning inklusive telefoner och surfplattor är förbjudet i karantän.
Förstart	Löpare tillåts lämna karantän **tidigast 40 minuter** före sin starttid. Följ orange-vit snitsel 1700 meter. Upprop sker 5 minuter före din starttid. Avstånd till tidsstart max 100 meter.
Tidsstart	Individuell start med första start 11.00. Efteranmälda lottas in i startlistan. 3 minuters gå-fram-tid. 2 minuters startmellanrum.
Startlista	Publiceras senast fredag 25 maj. Startlistan är seedad i 3 grupper efter rankinglistan, enligt SM-regler.
Sen start	Tävlande som av egen orsak kommer för sent till start nekas start. Tävlande som på grund av arrangörens misstag kommer för sent till start får ny starttid.
Banlängd och beräknad segrartid	D17-20: 4,0 km 25 min H17-20: 4,9 km 25 min
Uppvärmning	På väg till start samt på uppvärmningskarta som fås i karantän. Skala 1:7500.
Väskor och överdrag	Väskor lämnas på anvisad plats vid karantän och återfås i idrottshallen. Överdrag kan lämnas vid förstart.
Maxtid	2 timmar
Vätska	Vätska finns vid målgång.
Mål och väg till samlingsplats	Mål är beläget i skogen. Löpare följer rödvit snitsel tillbaka till samlingsplats.
Fair play	Ledare kan besöka målet, karta fås vid karantän. Ledare som har lämnat karantän får ej komma tillbaka dit. Vid en passage på väg till start kommer löparna mötas av löpare som gått i mål. Förbjudet att kommunicera med löpare som ej startat. Gäller även ledare. Överträdelse av regler leder till diskning. Ledare får följa med till förstart, men ej till tidsstart.
Kontrolldefinition	Finns lösa samt tryckta på kartan.
Terrängbeskrivning	Terrängen består av främst högvuxen tallskog samt mindre partier med lövskog. God till mycket god sikt och framkomlighet. Ungefär halva området består av småkuperad terräng med detaljerad kurvbild med en del korta branta stigningar. I detta området är löpbarheten generellt mycket god. Den andra halvan är mycket flack och har partier med tätare skog och nedsatt framkomlighet. Hela området har ett rikt stignät med både större och mindre stigar.
Karta	Kronoskogen, reviderad 2018 av Kenneth Kaisajuntti. Ekv 2,5 m. **Kartskala 1:7500**
Resultat	Liveresultat på nätet samt visas på dator i Sånnahallen. Officiella resultat publiceras på Eventor efter tävlingens slut.
Toaletter och dusch	Toaletter i karantän och i omklädningsrum. Dusch sker i Sånnahallens omklädningsrum.

Matpaket	Förbeställda matpaket hämtas ut i Sånnahallen.
Första hjälpen	Finns vid målgång
Priser	3 priser per klass. Prisutdelning sker i Sånnahallen. Preliminär tid 15.00 Vi tackar Pölder Sport och Sportringen för samarbete.
Öppna banor	För ledare, föräldrar, publik och andre finns det möjlighet att springa juniorernas banor efter tävlingen. Se separat PM.
Tävlingsledare	Emma Bergman 0727–232747
Pressansvarig	Emma Bergman 0727–232747 och Jannie Hagård 0703-05 92 89
Banläggare	Ola Martner
Tävlingskontrollant	Kalle Dalin och Erik Mattsson, SOFT

Välkomna!