PM

JVM-tester

Långdistans
Söndag 27 maj
(uppdaterat 180523)

Samlingsplats	Villaskolan, Åhus
Parkering	Se separat information på Eventor.
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 Villaskolans matsal. Öppnar 11.15. **Samtliga löpare ska ha checkat in i karantän senast 12.00.** Ledare får följa med in i karantän, men ej anlända efter 12.00. 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 1200 meter. Upprop sker 7 före din starttid. Avstånd till tidsstart, 300 meter.
Tidsstart	Individuell start med första start 13.00. 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.
Banlängder och beräknade segrartid	D17-20: 9,2 km 57 min H17-20: 14,0 km 72 min
Spridningsmetod	Förekommer.
Väskor och överdrag	Väskor lämnas på anvisad plats vid karantän och återfås i idrottshallen. Överdrag kan lämnas vid förstart.
Maxtid	2,5 timmar
Vätska	Vätska finns vid 3 tillfällen längs med banan samt vid målgång. Vatten och sportdryck erbjuds. Sportdryckens innehåll: Vatten, druvsocker (dextropur), apelsinjuice, salt. Kolhydratkoncentration 5-6 gram per dl.
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. Förbjudet att kommunicera med löpare som ej startat. Gäller även ledare. Överträdelse av regler medför diskning. Ledare får följa med till förstart, men ej till tidsstart.
Kontrolldefinition	Finns lösa samt tryckta på kartan.
Kontroller	Markerade med skärm och stämplingsenhet. **OBS! I vissa områden sitter kontroller tätt och banan går i kors. Var noga med att läsa till rätt kontrollsiffra!**
Terrängbeskrivning	Övervägande storvuxen tallskog med inslag av gran och löv. Området är flackt med mindre småhöjder med stundtals relativt detaljerad kurvbild. Den norra delen av området används av Försvarsmakten som övningsfält och innehåller därför skyttegravar och andra militära föremål och byggnader. Detta område genomkorsas av ett större parti med ängsmark. Mestadels mycket god sikt och mycket god framkomlighet som stundtals begränsas av undervegetation. Partier med yngre

tallskog förekommer som begränsar både sikten och löpbarheten. I området finns ett nät av grusvägar och större stigar. Längst i söder även rikligt med mindre stigar. **På grund av militärens verksamhet i området finns det en hel del tydliga spår efter bandvagnar i terrängen. Då dessa är tillfälliga och beror på var de kört sina fordon i de senaste är de inte markerade på kartan. Ibland passerar de över befintliga stigar som gör att det kan vara svårt att se var den på kartan markerade stigen går.**

OBS! Vid en av militärens skjutbanor finns en räls som används för rörliga måltavlor. Herrlöpare kan komma att passera denna på ett sätt som gör att den syns dåligt och kommer plötsligt. Det kommer finnas ett röd-vitt snitselband på marken framför rälsen för att uppmärksamma löparna på den, men det är tillåtet att passera snitselbandet och rälsen. Se kartklipp nedan:



Karta	Åhus Norra/Rinkaby Skjutfält, reviderad 2018 av Kenneth Kaisajuntti. Ekv 2,5 m **Skala 1:15000**
Elstängsel	Strömförande elstängsel förekommer i området, iaktta försiktighet. Elstängsel är markerat på kartan med violett tryck (samma som banpåtryck) samt utmärkt med snitsel vid troliga passager. Gäller enbart herrklassen.
Resultat	Liveresultat på nätet samt visas på dator i Villaskolans idrottshall. Officiella resultat publiceras på Eventor efter tävlingens slut. Ladda gärna upp eventuell GPS-rutt på Livelox efter genomförd tävling.
Toaletter och dusch	Toaletter i karantän och i omklädningsrum. Dusch sker i Villaskolans omklädningsrum.
Matpaket	Förbeställda matpaket hämtas ut i Villaskolans idrottshall
Första hjälpen	Finns vid målgång
Priser	3 priser per klass. Prisutdelning sker i Villaskolans idrottshall. Preliminär tid 17.00 Vi tackar Pölder sport och Sportringen för stöd.
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!