****

**PM Frösö Skogsfemman tisdag 2018-06-12**

|  |  |
| --- | --- |
| **Plats:** | **Tävlingsexpedition på Frösö park. Tävlingsområdet är skogen söder om Rödövägen.** |
| **Till start:** | **Följ snitsel ca 1000 m** |
| **Start:** | **Mellan kl. 17.30-19.00, 800 meter**  **OBS! Nollning av bricka och startstämpling ansvarar löpare för att utföra!** |
| **Banor:** | **A: 7,9 km Svart/Blå**  **B: 5,8 km Svart/Blå**  **C: 4,3 km Blå/Violett**  **D: 3,7 km Orange**  **E: 3,6 km Gul/Orange**  **F: 3,4 km Gul**  **G: 3,2 km Gul/Vit**  **H: 2,2 km Vit**  **Challenge: 7,1 km Gul** |
| **Terräng:** | **Måttligt kuperad terräng. Lättlöpt skog med inslag av skogsvägar och stigar** |
| **Förbjudet område:** | **Vänligen respektera de förbjudna områden som är markerade på kartan (hyggen och åkermark).** |
| **Mål:** | **Målstämpling sker ute i skogen, där slutar tiden att tas. Gångväg från mål till tävlingsexpedition är ca: 1,5 km. Tömning av ”löpar-pinnen” (Sportident) sker vid tävlingsexpeditionen Frösö park.**  **OBS: Det är viktigt att alla tömmer sin pinne efter genomfört lopp, så vi kan ha koll på vilka som är kvar i skogen.** |
| **Resultat:** | **Resultat finns på TV-skärm vid tävlingsexpeditionen.** |
| **Publicering på Internet:** | **Resultatlista från tävlingarna publiceras via Eventor.** |
| **Kontroll**  **beskrivning:** | **Kontrollbeskrivningen är tryckt på kartan.** |
| **Karta:** | **Skala 1:10 000** |
| **Avgifter:** | **Vuxen: 50:-**  **Ungdom (<16 år): 30:- (Frösö IF-medlem 0:-)**  **SI-pinne: 30:- i hyra**  **Knatteknat: 10:- SI-pinne utan kostnad** |
| **Maxtid:** | **2 timmar, Målet stängs 21:00** |
| **Servering:** | **Enklare servering (dricka, chokladbit…)** |
| **Ombyte:** | **Dusch saknas, tillgång till toalett** |
| **Tävlingsledare:** | **Torulf Bäckman** |
| **Banläggare:** | **Sven Norrman/Torulf Bäckman** |

**Lycka till i skogen önskar Frösö IF**