

PM

Vålådalen 7 & 8 juli 2018

Samling:	Vålådalens Fjällstation
Parkering:	Vid idrottsplatsen för daggäster och Camping. För hotellgäster vid hotellet. Avstånd från parkering till arena är ca 500 meter.
Husvagnar/husbilar:	Husbilar och husvagnar parkerar nedanför tennisplanen alternativt vid sporthallen. Anmäl och betala i receptionen. Avstånd från parkering till arena är ca 200meter.
Camping:	Gäster som önskar Camping parkerar vid idrottsplatsen och anmäler sig i receptionen och erlägger avgiften där. Campingen sker ovanför idrottsplanen. Tillgång till toalett och dusch är vid sporthallen och bastun.
Öppna klasser:	Anmälan fram till 11:00 lördag och fram till 10:00 söndag. Fri start 11–12.30 lördag och 10-11.30 söndag. Avgift är 75 kr för ungdom och 130 för 17 år och äldre, per dag. Debiteras klubben alternativt Swish eller kontanter. Klubblösa betalar kontant eller Swish. Swishnummer: 123 172 12 08.
Start:	<p>Första start 11:00 lördag och 10:00 söndag. Avstånd till start på lördag är 1200 meter för samtliga klasser. Följ skyltning från TC. På söndag finns det två starter, till alla utom till ungdomsklasser och ÖM1-2 är det 2100 meter brant stigning. För övriga klasser är det 500 meter.</p> <p>Start 2 på söndag gäller för klasserna HD10, HD12, HD12K, HD14K, U1, U2, INSK, ÖM1-2 och där är avstånd till start 500 meter på söndag.</p>
Överdragskläder:	Överdragskläder kan lämnas vid starten på lördag, dessa fraktas till målet. På söndag ligger start och mål nära varandra varför det går att lämna överdrag vid starten.
Si-pinnar	Hyrpinnar som ej är hämtade vid sprinten hämtas vid arenan. Hyra för SI-Pinne 30 kr/dag. Ej återlämnad pinne efter dag 3 debiteras med 400 kr.
PM/Startlistor:	Finns på Eventor och anslaget på arenan.
Kartskala/kontrolldef.:	För HD60 och äldre samt HD10, HD12, HD12K, HD14K, U1, U2, INSK, ÖM1-2 gäller 1:7 500 för övriga 1:10 000. Kontrolldefinitioner finns på kartan och lösa vid starten.
Terräng:	<p>För klasserna HD10, HD12, HD12K, HD14K, U1, U2, INSK, ÖM1-2 är det stigräk terräng med lätt kupering båda dagarna.</p> <p>Övriga klasser under lördagen är det lättlöpt skogsterräng med måttlig kupering. Området har varit undantaget från skogsbruk under lång tid och vindfällda träd har fått ligga kvar. Endast sammanhängande områden med vindfällna är redovisade på kartan.</p> <p>Övriga klasser under söndagen är det lättlöpt fjällterräng, kraftigt kuperat med mycket god framkomlighet.</p>

Vinterleder:	Vinterleder är ej markerade. Finns det en gata i skogen där spår går fram på vintern är den gulmärkt. Är det stig i vinterleden så är med på kartan.
Rullskidåkare:	Var uppmärksam på rullskidåkare som susar fram med god fart på de asfalterade slingorna. Gäller endast på söndag!
Vätska:	Inga vätskekontroller finns. Vatten i rinnande bäckar går bra att dricka.
Banlängder:	Enligt bifogat dokument.
Tävlingsregler:	SOFT:s regelverk gäller.
Stämpling:	Sker med SI-pinne (ej touch free).
Mål:	Målgång sker genom stämpling på mållinjen. Målet på lördag är vid TC för alla klasser. På söndag är det start och mål på fjället för alla utom ungdomsklasserna. Ungdomsklasserna går i mål vid TC. Målstämpling sker alltså på fjället för övriga klasser och den tävlande går sedan till arenan för utloggning. Även de som bryter tävlingen måste logga ut på arenan.
Maxtid:	Maxtid för lördagens medeldistans är 3 timmar och för söndagens långdistans 3 timmar.
Klädsel:	Enligt SOFT:s regler.
Jury:	Utses bland de tävlande om ärende kräver jurybeslut.
Miniknat/barnvakt:	Finns på lördag och söndag vid tävlingsarenan.
Dusch/Toaletter:	Finns i sporthallen. Dessutom finns toaletter på fjällstationen. Begränsade toaletter finns vid start 1 båda dagarna. Vi tävlar i ett friluftsområde och tilltänkt nationalpark varför inga papper får lämnas i naturen.
Priser:	Till ungdomarna 2 st Vålådalspris lottas ut bland samtliga deltagare, undantaget ungdomar och vinnarna aHD21, som fullföljt alla tre dagarna. Vinnarna måste finnas närvarande vid prisutdelningen. Vid icke närvarande görs ny lottning. Vålådalspris ges även till bästa herre och dam i HD21. Beräknas på bästa platsiffra efter tre dagar. Pristagaren måste finnas närvarande vid prisutdelningen.
Vålådalspriset:	Är logi och helpension för två dagar för två personer på Vålådalens Fjällstation att nyttja på av pristagaren lämplig tidpunkt.
Mat & dryck:	Mat, dryck och annat finns att köpa på Fjällstationen.
Tävlingsledare:	Niclas Lidström, tele: 0708-100 666
Banläggare:	Medeldistans - Tom Brantheim Långdistans söndag – Fredrik Martinsson
Bankkontrollant:	Ola Lindgren
Tävlingskontrollant:	Lars Strinnholm