

PM

Distriktsmästerskap i Långdistans för Göteborg

Söndag 26 augusti 2018

Arena

Hindåsgården

Vägvisning från Rv40/27 vid Grandalsmotet, därifrån 4 km till parkering

Åk gärna kollektivt **UPPDATERAD**

1. 33 minuter – Tåg från Gbg mot Borås, till Hindås station, därifrån ca 1.300m gångväg
2. 48 minuter – Röd express till Landvetter Resecentrum och byte till buss 611 till Hindåsgården, därifrån ca 300m gångväg

Parkering

Parkering på hård (grus) yta. Avstånd till Arena 500 meter

Avgift 20 kr

Karta

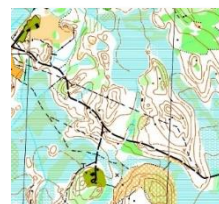
Hindås-Bollebygd, nyritad 2016 av Ulf Bäckström, delvis reviderad 2018 av Sune Mentor.

Skala 1:15.000 för H/D16-21. 1:7.500 för H/D60 och äldre samt ÖM7. Övriga klasser har skala 1:10.000. Ekvidistans 5m

Ett par otydliga släpstigar är vit-snitslade (gäller några av ungdomsbanorna)

Uppdaterad terrängbeskrivning

Måttligt kuperad skogsmark. Huvudsakligen granskog med ett flertal inslag av tät skog och hyggen, där framkomligheten är nedsatt. Mestadels god sikt. Området genomkorsas av ett antal stigar och vägar. Ett flertal banor passerar en väg till ett område med bostadshus, var uppmärksamma (detta berör **ej** de yngsta klasserna)



Förbjudna områden

Ett antal förbjudna områden finns markerade på kartan, bla hästhagar och Rävlandavägen (för de längre banorna). Ett förbjudet område (runt boningshus) är snitslat med svart/gul snitsel, se karta



Vänligen respektera dessa områden!

Startlista

Anslagen på Arenan och vid start

Direktanmälan

Till Öppna Motions klasser, Inskolning och U-klasser kan anmälan göras på Arenan mellan klockan 09:00 – 11:00

Start

Avstånd till start 200 meter, orange-vit snitsel
Första ordinarie start, klockan 10:00. Efteranmälda startar före
Inskolning, U- och ÖM klasser har fri starttid mellan 10:00 – 11:30
OBS! Ingen toalett vid start

Nummerlappar

Nummerlappar skall bäras av H/D21. Självservering vid start

Startstämpling

Alla löpare med fri starttid skall startstämpla (gäller Inskolning, U1, U2 och Öppna banor)

Miniknat

Start mellan 09:30 – 11:30, i anslutning till Arenan. Kostnad 20 kr

Toaletter

Toaletter finns endast vid Arenan

Dusch

På grund av det torra vädret under sommaren råder mycket stor vattenbrist i Härryda kommun och **tävlingsledningen har**, efter konsultation med Härryda kommun, **beslutat att inte erbjuda dusch.**

Vi rekommenderar våt-klut samt snitslar till badplats i Västra Nedsjön, ca 300m från Arenan

Vätska

Vätska (vatten) erbjuds på de längre banorna, samt vid målgång

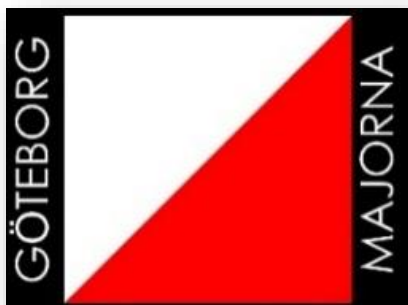
Livelox

Tävlingen kommer att finnas på Livelox. Lägg gärna in era GPS-spår eller rita in

Tävlingsledning

Tävlingsledare	Jens Kaminsky	070 77 14 768
Biträdande TL	Mimmi Axenborg	070 16 08 908
Banläggare	Bodil Halvarsson	073 06 51 911
Bankontrollant	Kjell Ehrencrona, IFK Gbg	
Tävlingskontrollant	Christer Westberg, IFK Gbg	

Glöm inte att besöka vår välsorterade Marka!



**Lycka till
i skogen!**

