



PM

2019-09-09

Direktanmälan Öppna motionsklasser - Långdistans

Anmälan

Försäljning på TC mellan 09.30-11.45.

Start

Fri starttid mellan 10.00-12.00.

Samtliga klasser har samma start: 1600 m, följ Orange/Vit snitsel.

Toalett vid start, överdragskläder transporteras till TC.

Stämpnings-system

Sportident

Glöm ej att tömma och checka din bricka på väg till starten!

Stämpelbrickor finns att hyra vid anmälan Öppna Motionsklasser.

Startstämpling

Glöm inte att startstämpla vid start!

Maxtid:

Maxtid 2,5 timmar.

Kontroll-definitioner:

Definitioner trycka på kartan, lösa definitioner finns vid start.

Öppna motionsklasser

Bana	Längd	Svårighet	Skala
ÖM12	2,2 km	Grön	1:10000
ÖM1	2,5 km	Vit	1:10000
ÖM2	3,8 km	Vit	1:10000
ÖM3	3,1 km	Gul	1:10000
ÖM4	4,8 km	Gul	1:10000
ÖM5	3,5 km	Orange	1:10000
ÖM6	6,0 km	Röd	1:10000
ÖM7	2,9 km	Blå	1:7500
ÖM8	4,5 km	Svart	1:10000
ÖM9	7,4 km	Svart	1:10000

Ungdomsklasser

Bana	Längd	Svårighet	Skala
INSK	2,2 km	Grön	1:10000
U1	2,3 km	Grön	1:10000
U2	2,5 km	Vit	1:10000

Skuggning:

Skuggning före eget lopp får endast göras i klasserna Inskolning, U1, U2, ÖM1, ÖM2 och ÖM12.

OBS! Deltagare på Fyrklubbsbanorna och i ungdomsklasserna får ej skugga före eget lopp

OBS!

Allt deltagande sker på egen risk!

Lycka till i skogen!