



PM



Hjärtligt välkomna till Lagadalskampen 2019 Onsdagen den 1 maj Distriktstävling - medeldistans

PARKERING / SAMLINGSPLATS

Luddö, Stenavads kvarn
Vägvisning från väg 25 vid Tutaryd, 5 km. öster Ljungby,
från väg 610 mellan Ljungby och Vislanda, 5 km öster Ljungby.
Parkering endast på angiven plats, avgift 20 kr/bil. Gångavstånd max 700
m, följ lila/vit snitsel.
Uppställning av husbil eller husvagn över natten är möjligt vid
tävlingssplatsen. Pris 50 kr/natt. Föranmäl till tävlingsledaren,
070-5446905.

STÄMPLINGSSYSTEM

Sportident. Stämpling bekräftas med ljud och ljussignal. Stiftklämma skall
endast användas som reserv om den elektroniska enheten inte fungerar,
stämpla i kartan (reservrutor saknas). Töm och check görs på väg till
starten.

ÖPPEN MOTION U-KLASSER INSKOLNING

Direktanmälan på TC 09.00-11.30
Avgifter vuxna 140 kr, 16 år och yngre 60 kr. Brickhyra 30 kr
Fem stycken ÖM klasser finns. ÖM1, ÖM3, ÖM5, ÖM7, ÖM8
Se anslag vid anmälningstältet.
Samtliga avgifter faktureras deltagande föreningar i efterhand eller betalas
vid anmälan. Utländska deltagare betalar avgifter i direktanmälan.

EFTERANMÄLAN

Efteranmälan till tävlingsklass är möjligt på TC 09.00-11.30.
Avgifter vuxna 240 kr, 16 år och yngre 90 kr

SKUGGNING

Löpare i tävlingsklass får före eget lopp utföra skuggning i klasserna:
Inskolning, U1, U2, ÖM1. I övriga ÖM klasser får skuggning ske efter
eget lopp. Skuggning före eget lopp får dock ej utföras av löpare i
ungdomsklass eller rankingmeriterande klass, dvs. DH18, DH20 och
DH21

STRUKNA KLASSER

D20, H20, D85

STARTMETOD

Fri minutstart i samtliga tävlingsklasser. Välj starttid **vid start** genom att
ta klisteretikett med önskad starttid. Visa sedan upp starttiden för
startpersonalen. Se även separat PM för Fri minutstart.

START

Orange/vit snitsel, 800 meter för samtliga klasser på väg och stig. På väg
till start passeras en trafikerad väg, iakttag försiktighet.
Start tävlingsklass: kl. 10:00-12:00

DH10-DH16 erhåller kartan 1 min före start. Övriga klasser erhåller kartan
i startögonblicket. **OBS! Glöm inte startstämpla, även i tävlingsklass!**
Inskolning, U-klasser och Öppna Motionsklasser har startstämpling med
fri starttid kl 9:30-12:00.

Toalett finns vid även vid starten i begränsad omfattning.

ÖVERDRAGSKLÄDER

Transporteras från starten tillbaks till TC.

PASSAGE AV VÄG

Samtliga klasser passerar en trafikerad väg på banan. Iakttag stor
försiktighet.

MAXTID

2 timmar.

STRÄCKTIDER

Vid utstämpling till samtliga löpare

KARTA	Stenavad, ritad 2017 och reviderad 2019 av Anneli Carlsson. Kartan är ritad med gamla kartnormen. Ekvidistans 2,5 m. DH45-DH85: skala 1:7500 Samtliga Öppna motionsklasser: skala 1:7500 Övriga tävlingsklasser, Inskolning, U-klasser: skala 1:10 000 Karta och banor, certifierad laserutskrift av KARTSAM Kontrolldefinition finns tryckt på kartan för samtliga klasser. Kontrollerna sitter bitvis tätt. Kolla kodsiffran!
SNITSLING	Snitsling på ett flertal sträckor förekommer i klasserna: INSK och U1 samt i mindre omfattning även U2, ÖM1, DH10, DH12K De snitslade sträckorna är markerade med vit snitsel i terrängen och är inritad på kartan med violett streckad linje på samtliga klassers kartor. Otydlig stig har markeras med vit snitsel.
TERRÄNG	Svagt till måttligt kuperad. Skogsmark bestående av gran- och tallskog med omväxlande lättlöpta områden och områden med tätskog och nedsatt löpbarhet. Inslag av lättsprungna mossar som med fördel kan användas. Vägar och stigar i normal omfattning. Detaljrikedom varierar, från normal till detaljerad. Ett område som berör samtliga banor, strax efter starten, har gallrats under vintern med ris på marken och nedsatt löpbarhet som följd. Kartan är reviderad och området är markerat med grönt stående raster.
SERVERING	Välförsedd servering i anslutning till TC.
BARNPASSNING	I anslutning till TC kl. 09:00-13:00
MINIKNAT	I anslutning till TC. Start 9:00-12:00. Följ orange/gul snitsel.
SPORTFÖRSÄLJNING	Erbjuds ej
DUSCH/OMKLÄDNING	Varmdusch utomhus för herrar och damer, i anslutning till TC
TOALETTER	Vid TC samt även vid start i begränsad omfattning
FÖRSTA HJÄLPEN	Vid TC. Hjärtstartare finns vid Första hjälpen tältet
TÄVLINGSREGLER	SOFT:s tävlingsregler gäller.
VILTRAPPORT	Viltobservationer rapporteras vid målet.
PRISUTDELNING	Priser i samtliga ungdomsklasser samt till segrare i DH18-21. Samtliga löpare i Inskolning och U-klasser får pris vid målet/utstämpling.
PRESS	Presservice finns i anslutning till sekretariatet.
TÄVLINGSLEDNING	Tävlingsledare: Håkan Karlsson Banläggare: Frans Svensson Bankontrollant: Kenneth Arvidsson, Alvesta SOK Pressansvarig: Håkan Karlsson Tävlingskontrollant: Per Fransson, SmOF

FK Finn önskar alla lycka till!