



# PM

## Långdistans-VM samt Närtävling OK LÖFTAN

VATTENFALL 

Varbergs  
Sparbank



<b>Samling</b>	Sjöaremossen. Vägvisning från Värö kyrka					
<b>Parkering</b>	Parkering i anslutning till TC					
<b>Öppna klasser och inskolning</b>	Ö2 Ö7 och inskolning. Anmälan vid sekretariatet. Start mellan 18.00-19.00 Extra kara finns vid start för medföljare i inskolningsklassen					
<b>Hyrbrickor</b>	Finns inte. Klubbarna ansvarar själva för att alla anmälda löpare har brickor					
<b>Start</b>	Orange-vit snitsel 200m för samtliga klasser. Fri starttid mellan 18.00-19.00 i samtliga klasser. <b>OBS!</b> Startstämpling för samtliga löpare.					
<b>Banlängder</b>	H10	2400	D10	2400	Inskolning	2000
	H12	2800	D12	2800	U1	2400
	H14	3300	D14	3000	Ö2	3000
	H16	4300	D16	3300	Ö7	3400
	H17-20	5800	D17-20	4300		
	H21	6700	D21	5200		
	H35	5800	D35	4300		
	H45	5200	D45	4300		
	H55	4300	D55	3400		
	H65	3400	D65	3000		
	H75	3000				
<b>Kontroller</b>	Orange/vit skärm med SPORTident-enhet. Kontrollera att du får ljus- och/eller ljudsignal vid stämpling. Om du ej får bekräftelse, stämpla i kartan och lämna kartan i sekretariatet efter målgång.					
<b>Karta</b>	Kade höga. Reviderad 2011. Ekv. 5m. Ritad av Carlsson & Svanberg. Skala 1:10000 för samtliga klasser. Digitalutskriften av Carlsson & Svanberg.					
<b>Kontrolldefinition</b>	Kontrolldefinitioner finns tryckta på kartan.					
<b>Terrängbeskrivning</b>	Måttligt kuperad skogsterräng med delvis gles tallskog med inslag av öppna hällar, några granbestånd och förhållandevis få hyggen, planteringar och sankmarker. Mestadels mycket god framkomlighet. För de yngre klasserna relativt stort inslag av stigar och kulturmark.					
<b>Maxtid/sen start</b>	2,5 timmar. Sen start tillåts upp till 30 min efter ordinarie starttid.					
<b>Ej fullföljande</b>	Löpare som bryter måste passera genom målet och stämpla ut alternativt meddela sekretariatet på annat sätt att man ej är kvar i skogen.					
<b>Toaletter</b>	Toalettvagn finns i anslutning till TC.					
<b>Prisutdelning</b>	För Varbergsmästerskapet sker prisutdelningen snarast efter avslutad tävling. Gäller endast deltagare från Varbergsklubbarna.					

**Tävlingsledning**

Tävlingsledare	Lars Hanning	0340-308 22
Banläggare	Rune Karlsson	0340-660449
Upplysningar	Lars Hanning	0340-308 22

**VÄLKOMNA****och lycka till i skogen!!!****OK LÖFTAN**