****

**PM FRÖSÖ 5-DAGARS 2019**

**Etapp 4, tisdag 21 maj**

|  |  |
| --- | --- |
| **Plats:** | **Frösö sportstuga, Samåk gärna** |
| **Avstånd till start från TC:** | **Etapp 4: xxmeter**  **Följ rödvit snitsel till start!**  **Miniknat startar vid Sportstugan** |
| **Start:** | **17:00-19:00 (OBS, tömning av SI-pinne sker vid start) Målet stänger 20.30** |
| **Mål:** | **Målstämpling sker ute i skogen, där slutar tiden att tas. Avläsning av ”löpar-pinnen” (Sportident) sker vid Frösö Sportstuga.**  **Miniknat har målstämpling vid Sportstugan alla etapper.**  **OBS: Det är viktigt att alla avläser sin pinne efter genomfört lopp, så vi kan ha koll på vilka som är kvar i skogen.** |
| **Karta:** | **Karta:**  **E 4-5. Frösberget, 1:7 500, ekv. 5 m** |
| **Banor:** | **Kartor med banorna finns uppsatta vid Sportstugan innan start.** |
| **Resultat:** | **Resultat finns på TV-skärm vid Frösö Sportstuga.** |
| **Avgifter:** | **Vuxen: 60:-**  **Ungdom (<17 år): 30:- (Frösö IF-medlem 0:-)**  **SI-pinne: 30:- i hyra**  **Miniknat: 10:- (SI-pinne utan kostnad)** |
| **Terräng:** | **Etapp 4: Frösöberget, kuperad terräng. Många stigar. En hel del våtmarker. Bitvis nedsatt framkomlighet.** |
| **Kontroll-beskrivning:** | **Kontrolldefinition är lös men finns också på kartan.** |
| **Maxtid:** | **2 timmar. OBS! sista start 19:00. Sista målgång 20.30** |
| **Prisutdelning:** | **Utlottning av pris på samtliga banor efter varje etapp. Bland dem som deltar på samtliga 5 etapper lottar vi ut finare priser!** |
| **Dusch:** | **Ja, med bastu** |
| **Servering:** | **Fika, korv, kolbullar, kaffe, dricka, mm. Cafe i sportstugan och kolbullesäljning ute.** |
| **Tävlingsledning:** | **E4 Torulf Bäckman 010-577 64 33** |
| **Banläggare/ban-kontroll** | **E4 Marcus Hansson** |