



Söndag den 26 maj

Samlingsplats Nordic Camping, Hökensås

Parkering På gräsplan vid Nordic Camping, Hökensås. Följ parkeringspersonalens anvisningar.

Karantän Karantän inomhus.

Öppnar 08:30. Samtliga löpare ska ha checkat in i karantän **senast 09:10**. Ledare får följa med in i karantän, men ej anlända efter 09:10. Om ledaren går ut från karantän efter 09:10 får denne inte komma tillbaka.

All form av kommunikationsutrustning inklusive telefoner och surfplattor är förbjudet i karantän. Ingen försäljning i karantän. Medtag all förtäring vid ingång till karantän

Väskor och överdrag Väskor lämnas på anvisad plats vid karantän och återfås inne på arena norr om tennisplan

Överdrag kan lämnas vid förstart och transporteras tillbaka till arena

Uppvärmning På väg till förstart, vid gräsyta intill förstart och på allmän väg. Beakta fordonstrafik på allmän väg

Förstart Löpare tillåts lämna karantän tidigast 40 minuter före sin starttid. Följ orange-vit snitsel ca 2000 meter. Upprop sker 6 minuter före din starttid. Avstånd till tidsstart ca 250 meter.

Tidsstart Individuell start med första ordinarie start 10.00. Efteranmälda lottas in i startlistan. 3 minuters gå-fram-tid. 2 minuters startmellanrum.

Utländska löpare i respektive klass startar, före ordinarie starttid

Startlista Publiceras senast fredag 24 maj. Frågor om lottning besvaras av tävlingsledningen

Sen start Tävlade som av egen orsak kommer för sent till start nekas start. Tävlade som på grund av arrangörens misstag kommer för sent till start får ny starttid.

Banlängd och beräknad segrartid

D20: 7.9 km 55 min

H20: 12.0 km 70 min

Antal kontroller

D20 13 st

H20 17 st

Maxtid 2.5 timmar

Vätska Vatten finns ute på banan, markerade på kartan och på kontrolldefinition, vid förstart och vid mål

Mål Mål är beläget på äng öster om väg ca 100m från samlingsplatsen. Löpare följer rödvit snitsel tillbaka till samlingsplats. Beakta fordonstrafik på allmän väg

OBS! Glöm ej att stämpla ut vid sekretariat

Fair play Ledare kan besöka målet men inte mot sista kontroll.

Ledare som har lämnat karantän efter 10:10 får ej komma tillbaka dit.

Överträdelse av regler leder till diskning

Ledare får följa med till förstart, men ej till tidsstart.

Förbjudet att kommunicera med löpare som ej startat. Gäller även för ledare.

Kontrolldefinition Finns lösa samt tryckta på kartan.

Karta Skala 1:15 000, 5m ekvidistans.

Terrängbeskrivning se inbjudan

Resultat Liveresultat på nätet samt visas på dator vid arenan. Officiella resultat publiceras

på Eventor efter tävlingens slut. Ladda gärna upp er GPS-rutt på Livelox

Toaletter och dusch Toaletter i karantän och i byggnader intill samlingsplatsen.

Ingen dusch vid arenan. För dusch hänvisas till Mullsjö SOK' och Tidaholm SISU OK's klubbstuga alternativt bad vid Lilla Havsjön (ca 2.5km körväg)

Kontakta servering för kod till dusch i Mullsjö.

Matpaket Förbeställda matpaket hämtas ut vid kafeteria.

Kafeteria Enklare försäljning av dryck, kaffe, fikabröd och korv. Ingen försäljning i karantän

Swish För att undvika onödiga avgifter vid betalning med Swish görs detta till betalningsmottagare 070-886 25 50 Patrick Ericson, tävlingsledningen.

Första hjälpen Enklare omplåstning. Finns vid målgång

Priser 3 priser per klass. Prisutdelning sker vid samlingsplats. Preliminär tid 15.00. Kan komma att tidigareläggas

Tävlingsledare Patrick Ericson, 070-886 25 50

Pressansvarig Patrick Ericson, 070-886 25 50

Tävlingskontrollant/Tävlingsjury Kalle Dalin, SOFT

Välkomna!