

# PM Medeldistans

## 31 maj 2019

---



### Samling

Samlingsplatsen är belägen på samma plats som Arenan för SM-Sprint, kvaltävlingen. Platsen offentliggörs på [sprint.sm2019.se](http://sprint.sm2019.se), den 30/5 c:a 18:00.

### Parkering

Se karta på [sprint.sm2019.se](http://sprint.sm2019.se)

### Arena

Arenan är belägen i centrala Hudiksvall.

### Klasser och banlängder

| Klass | Banlängd (m) | Klass | Banlängd (m) |
|-------|--------------|-------|--------------|
| U1    | 1300         | D45   | 3200         |
| U2    | 1800         | H45   | 3900         |
| ÖM1   | 1800         | D50   | 3200         |
| ÖM3   | 1700         | H50   | 3700         |
| ÖM5   | 3200         | D55   | 3200         |
| ÖM7   | 3600         | H55   | 3600         |
| ÖM8   | 4600         | D60   | 2900         |
| D10   | 1800         | H60   | 3200         |
| H10   | 1800         | D65   | 2900         |
| D12   | 1900         | H65   | 3200         |
| H12   | 1900         | D70   | 2800         |
| D14   | 2500         | H70   | 2900         |
| H14   | 2500         | D75   | 2800         |
| D16   | 3000         | H75   | 2900         |
| H16   | 3100         | D80   | 2500         |
| D35   | 3700         | H80   | 2800         |
| H35   | 4600         |       |              |
| D40   | 3600         |       |              |
| H40   | 4300         |       |              |

### Öppna banor

Anmälan till öppna banor kan ske på Arena 12:00 - 14:00. Tillgången till vissa banor kan begränsas av tillgång på kartor.

### Start

Fri start mellan 14:00 och 15:30, följ blå/orange snitsel till start. Avstånd c:a 1000 m. Start med startstämpling.

OBS! Efter målgång, följ samma snitsel tillbaka till Arenan för utstämpling

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                   |               |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------|
| <b>Karta</b>              | Karta i skala 1:5000, ekvidistans 5m. Ritad 2018 - 2019 av Karl-Erik Engblom, Kalles Kartservice.                                                                                                                                                                                                                                     |                   |               |
| <b>Kontrollangivelser</b> | Finns enbart lösa, inga angivelser på kartan.                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                   |               |
| <b>Dusch</b>              | Följ anvisningar från arenan till varmdusch inomhus, samma som för SM-löparna, c: a. 900m.                                                                                                                                                                                                                                            |                   |               |
| <b>Toaletter</b>          | Finns vid starten, på arenan och vid duschen.                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                   |               |
| <b>Priser</b>             | Utdelas i ungdomsklasserna, och lottas ut i övriga klasser. Lista med antal priser anslås vid resultattavlan. Tid för prisutdelning meddelas av speaker.                                                                                                                                                                              |                   |               |
| <b>Stämplingssystem</b>   | SportIdent används som stämndplingssystem. Inget reservsystem används. Om en kontrollenhet är ur funktion, hänvisas den tävlande till att fortsätta banan och rapportera problemet efter målgång.. Löpare som inte anmält bricka, tilldelas hyrbricka, kostnad 40 kr. Återlämnas efter målgång. Förlorad bricka debiteras med 400 kr. |                   |               |
| <b>Maxtid</b>             | Maximal löptid är 90 minuter.                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                   |               |
| <b>Terrängbeskrivning</b> | Terräng: stadsnära, kuperat fritidsområde.                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                   |               |
| <b>Första hjälpen</b>     | Första hjälpen finns vid arenan.                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                   |               |
| <b>Målgång</b>            | Sker i anslutning till tävlingsområdet, följ därefter blå/orange snitsel tillbaka till Arenan och UTSTÄMPLING.                                                                                                                                                                                                                        |                   |               |
| <b>Marka</b>              | Servering av kaffe/te, dryck, korv, hamburgare och fikabröd finns på arenan. . Betala gärna med swish 123 387 26 78. Måltid kan köpas på plats för 100 kr i mån av tillgång.                                                                                                                                                          |                   |               |
| <b>Sportförsäljning</b>   | Sportförsäljning finns på arenan genom Letro Sport.                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                   |               |
| <b>Övrig försäljning</b>  | SignSport visar upp sitt utbud på arenan.                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                   |               |
| <b>Vindskydd</b>          | Arenan har inget utrymme för vindskydd.                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                   |               |
| <b>Regelöverträdelser</b> | Regelbrott anmäls skriftligen på blankett vid röd utgång, på Arenan.                                                                                                                                                                                                                                                                  |                   |               |
| <b>Protest</b>            | Protest mot tävlingsledningens beslut lämnas skriftligen på blankett vid röd utgång, på Arenan.                                                                                                                                                                                                                                       |                   |               |
| <b>Tävlingsregler</b>     | SOFT's tävlingsregler kompletterat med detta PM.                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                   |               |
| <b>Information</b>        | info se <a href="http://www.sprintsm2019.se">www.sprintsm2019.se</a> .                                                                                                                                                                                                                                                                |                   |               |
| <b>Tävlingsjury</b>       | Lars Eklund                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Forsa OK          |               |
|                           | Lennart Winberg                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Hudiksvall        |               |
|                           | Christer Engman                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Forsa OK          |               |
| <b>Huvudfunktionärer</b>  | Tävlingsledare                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Christina Westman | 070-282 79 79 |
|                           | Banläggare                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Marianne Åsåker   | 076-828 27 22 |
|                           | Tävlingskontr.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Johan Agås        | 070-774 04 32 |
|                           | Bankontr.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Göran Hedman      | 070-391 92 03 |