



FK Boken inbjuder till

## DM – Stafett

med U-klasser, inskolning och öppna motionsklasser

**Söndagen den 1 september 2019**

### Klassindelning och preliminära banlängder:

Klass	Sträcka 1	Sträcka 2	Sträcka 3	Kommentar
DH10	Vit 2,5 (rak)	Vit 2,5 (rak)	-	Första sträckan får löpas av 3 löpare
DH12	Gul 3,0 (rak)	Gul 3,0 (rak)	-	Första sträckan får löpas av 3 löpare
D13-16	Orange 4,0	Orange 4,0	Violett 4,5	Mittensträckan får löpas av 3 löpare
H13-16	Orange 4,0	Orange 4,0	Violett 5,5	Mittensträckan får löpas av 3 löpare
D20	5	4,5	5	
H20	7	6	7	
D21	6	5	6	
H21	10	8	10	
D120	4,5	4,5	4,5	Min 35 år
H120	6	6	6	Min 35 år
D150	3,5	3,5	3,5	Min 45 år
H150	5,5	5,5	5,5	Min 45 år
H180	3,5	3,5	3,5	Min 55 år
DH Äldre	3	3	3	Min D55/H65 *)
Öppen Motion Kort	3	3	3	Ej DM-status
Öppen Motion Lång	5,5	5,5	5,5	Ej DM-status

### \*) alternativa lagsammansättningar för klassen DH Äldre:

210 år	3 herrar
200 år	2 herrar och 1 dam
190 år	1 herre och 2 damer
180 år	3 damer

**Individuella klasser** U1, U2, ÖM1, ÖM3, ÖM5, ÖM7, ÖM8 och ÖM9

**Stämplingssystem** Sportident. Bricka finns att hyra för 25 kr.

**Anmälan** Tävlingsklasser Senast söndagen den 25 augusti klockan 23:59 i Eventor.  
Antal löpare på parallellsträckor måste anges vid anmälan.

Motionsklasser Senast torsdagen den 29 augusti klockan 20:00 i Eventor

**Efteranmälan** Tävlingsklasser Senast torsdagen den 29 augusti klockan 20:00 i Eventor.  
Antal löpare på parallellsträckor måste anges vid anmälan.

Motionsklasser Tävlingsdagen senast klockan 11:30 på arenan

**Anmälan o efteranmälan** Kan i undantagsfall även ske via [anmalan@fkboken.se](mailto:anmalan@fkboken.se).

**Laguppställningar** Sista tidpunkt för anmälan av lagändring/inlämning av lagsammansättning är lördag kl 20:00 dagen före tävlingsdagen. I undantagsfall tillåts ändringar tävlingsdagens morgon senast kl 09:00. Möjlighet till lagändring finns under lördagens tävling. Bricknummerändring på tävlingsdagen debiteras med 25 kr.

**Avgift Öppna klasser**

	Ordinarie	Efteranmälan
Öppen Motion 17 år-	140 kr	210 kr
Öppen Motion -16 år	70 kr	70 kr

<b>Samlingsplats</b>	Ugglebadet Perstorp. Vägvisning från väg 21 i centrala Perstorp samt från väg 108 efter rondellen vid norra infarten.
<b>Parkering</b>	Avstånd till arenan max 100 meter. Ingen avgift.
<b>Starttid</b>	Tävlingsklasser    Första start 10:00. Motionsklasser    Fri start mellan 09:45 och 12:00.
<b>Startplats</b>	På arenan.
<b>Karta</b>	Spjutserödsbladet ritad 2019 av Fredrik Nilsson. Kartnorm ISOM2017. Ekvidistans 2,5 meter. Laserutskrift.
<b>Kartskala</b>	1 : 10 000            DH10, DH12, DH13-16, DH20, DH21, DH120, ÖM K, ÖM L, ÖM9 1 : 7 500             DH150, H180, DH Äldre, ÖM1, ÖM3, ÖM5, ÖM7, ÖM8
<b>Terräng</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Terrängtyp:</i>      Stigrik skogsmark med inslag av kulturmark.</li> <li>• <i>Kupering:</i>        Svag till måttlig.</li> <li>• <i>Framkomlighet:</i> God med mindre områden med tätare skog.</li> </ul>
<b>Klädsel</b>	Heltäckande klädsel.
<b>Dusch</b>	Omklädning och varm dusch inomhus i anslutning till arenan.
<b>Marka</b>	Välförsett utbud.
<b>Sportförsäljning</b>	Finns.
<b>Miniknat</b>	09:30 – 11:00. Ingen avgift.
<b>Barnpassning</b>	09:30 – 12:00. Ingen avgift.
<b>Priser</b>	Plaketter i DM-klasserna. Priser i ungdomsklasserna DH10 – DH16. Samtliga deltagare erhåller pris i U1, U2. Priser lottas ut i öppna motionsklasser.
<b>Tävlingsledare</b>	Sören Andersson tel 0705 33 56 13, e-post <a href="mailto:rolfsorenand@gmail.com">rolfsorenand@gmail.com</a>
<b>Bitr. tävlingsledare</b>	Peter Larsson, tel 0709 15 80 81, e-post <a href="mailto:peter.larsson@evtab.nu">peter.larsson@evtab.nu</a>
<b>Banläggare</b>	Håkan Palm, tel 0730 43 67 49, e-post <a href="mailto:hakan.b.palm@telia.com">hakan.b.palm@telia.com</a>
<b>Pressansvarig</b>	Frida Palm, tel 0435 359 05, <a href="mailto:frida.lm.palm@telia.com">frida.lm.palm@telia.com</a>
<b>Ban- och tävlingsk.</b>	Erik Pronin, FK Åsen, tel 0737 52 18 81.
<b>Upplysningar</b>	Tävlingsledaren
<b>Tävlingsjury</b>	Skånes OF samt ??
<b>Camping</b>	Solängens camping belägen intill Ugglebadet, <a href="http://www.solangenscamping.se/?sida=camping">http://www.solangenscamping.se/?sida=camping</a>



*Välkomna önskar FK Boken!*