



# PM



## Frosta OK hälsar välkommen till Lång-DM den 8/9 2019

<b>Öppna klasser</b>	Se separat PM.
<b>Tävlingsregler</b>	SOFT:s allmänna tävlingsregler.
<b>Samlingsplats</b>	Fulltofta Naturcentrum, vägvisning från väg 13 strax norr om Hörby
<b>Naturcentrum</b>	Tävlingscentrum ligger vid Fulltofta Naturcentrum där vi rekommenderar ett besök, särskilt för er som har barn. Området kring TC är välbesökt av allmänheten - visa hänsyn.
<b>Parkering</b>	Avståndet från parkering till tävlingsarenan är ca 200 meter.
<b>Karta</b>	Södra Rörum. Reviderad av Roland Offrell 2019 enligt ISOM 2017. Färglaserutskrift.
<b>Kartskala</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● HD10 - HD16 1:10000</li><li>● HD18 - HD21 1:15000</li><li>● HD35 - HD40 1:10000</li><li>● HD45 - 1:7500</li></ul>
<b>Kontrolldefinitioner</b>	Både lösa och tryckta på kartan.
<b>Förbjudna områden</b>	Tomtmark och andra, på kartan, markerade områden. Två större vägar i kartans ytterkanter är också markerade som förbjudna.
<b>Terrängbeskrivning</b>	Till en början blandskog med bok och gran, vissa vita områden något grönare p.g.a ormbunkar. Efterhand blir lövskogen uppblandat med planteringar av barrskog. Området är rikt på kulturmark, vägar och stigar. Mestadels svag kupering.
<b>Lokala tecken</b>	(X) svart kryss = nedfallet jaktorn samt vindskydd (X) grönt kryss = grov högstubbe
<b>Snitslade stigar</b>	Några otydliga stigar är stödsnitslade med vit snitsel.
<b>Start</b>	Första ordinarie start kl 10:00, efteranmälda startar före. Orange/vit snitsel till start, 400 m. Ingen transport av överdrag. Ingen toalett vid starten.
<b>Nummerlappar</b>	Bäres av klasserna DH10 - DH16. Självservering vid starten. Medtag egna nålar.
<b>Startmetod</b>	DH18 och äldre klasser får kartan i startögonblicket. DH10-16 har tillgång till kartan 1 minut före start.

<b>Stämplingssystem</b>	Sportident i alla klasser. Tömning och check av bricka sker på väg till start. Alla löpare stämplar ut vid målet även de som ej fullföljt. Vid samtliga kontroller finns en kontrollskärm och minst en stämpelenhet. Kontrollera kodsiffran!
<b>Skuggning</b>	Skuggning före eget lopp får endast göras i klasserna Inskolning, U1, U2, ÖM1, ÖM2. Dock får löpare som senare ska delta i ungdomsklass, rankingmeriterande klass eller mästerskapsklass inte skugga någon före sitt eget lopp.
<b>Maxtid</b>	2,5 timmar.
<b>Priser</b>	Tid för prisutdelning kommer att meddelas av speaker samt att anslås vid resultattavlan. Ungdomsklasserna inleder prisutdelning och därefter följer H/D21 för att avsluta med segrarna i veteranklasserna. Det lottas även ut priser bland deltagarna i öppna klasser. Antalet pristagare kommer att anslås på resultattavlorna. Priser till samtliga i U1, U2 och Inskolning som kan hämtas direkt efter målgång, vid prisbordet.
<b>Första hjälpen</b>	Finns på tävlingsarenan.
<b>Dusch</b>	Tempererat vatten utomhus.
<b>Toaletter</b>	Finns på arenan. Inga toaletter vid start.
<b>Marketenteri</b>	Välsorterat med flera sorters vegetariska alternativ och mycket hembakat.
<b>Sportförsäljning</b>	Pölder Sport
<b>Barnpassning</b>	Från kl 09:00 på arenan.
<b>Miniknat</b>	Strax sydväst om TC, gå först mot barnpassningen. Start från 09:00.
<b>Tävlingsledare</b>	André Bjärby
<b>Banläggare</b>	Benkt Andersson
<b>Bankontrollant</b>	Andreas Oxenstierna, Ringsjö OK
<b>Tävlingsjury</b>	Juryklubb är Hässleholms OK. SKOF-representant och juryordförande är Magnus Cinthio.

*Varmt välkomna och lycka till i skogen!*