

TRETTONDAGEN –
FINNS DET NÅGOT
BÄTTRE ATT GÖRA ÄN
ATT SPRINGA INDOOR?



KARLSTAD INDOOR 2020

MÅNDAG 6 JANUARI

Välkomna till Värmlands första Indoor-orientering

Klasser	Svårighetsgrad	Deltagare
Herrar	Så svårt som möjligt – är du elit?	Alla
Damer	Så svårt som möjligt – är du elit?	Damer
Herrar lätt	Lättare än "Herrar"	Alla
Damer lätt	Lättare än "Damer"	Damer
H/D 10-16	Som vanligt :-)	Anpassat efter ålder
Herrar 50+	Kortare är "Herrar"	Herrar +50 år
Damer 50+	Kortare är "Damer"	Damer +50 år
Prova på	Uppföljning tillåten, lätt bana. Går att anmäla på dagen, ingen tidtagning	Ungdomar <16 år
Öppen Lätt	Motionsklass, går att anmäla på dagen	Alla
Öppen Medel	Motionsklass, går att anmäla på dagen	Alla
Öppen Svår	Motionsklass, går att anmäla på dagen	Alla

Stämplingssystem

SPORTident. Hyrbricka debiteras med 30kr/bricka.

Anmälan

Senast tisdag 1 januari via Eventor.

Anmälningsavgift 80kr för vuxna (över 16 år), 40kr för ungdomar.
Efteranmälan möjlig fram till och med fredag den 3 januari till 50% förhöjd avgift. För Prova på och öppna banor är alltid anmälningsavgiften 80/40kr.

Samling och Arena

Rudsskolan, Nokiagatan 1 Karlstad. Ingen vägvisning

Parkering

Nyttja befintliga parkeringar i anslutning till Rudsskolan och Nobelgymnasiet.

Karta

Inomhuskarta Rudsskolan, laserutskrift. Mer info om kartan kommer i separat PM.

Terrängbeskrivning

Plant golv av marmorkaraktär, inslag av plastmattor kan förekomma.
Obefintlig kupering på respektive våningsplan, kuperingen som finns utgörs av diverse trappor.

Klädsel

Rena inomhusskor. Fri klädsel i övrigt, anpassat efter klimatet som är stabilt, rumsvarmt och ingen risk för regn eller snö.

Start

Avstånd till start max 100m, första start 11.00.

PM, startlistor, resultat

Publiceras på Eventor.

Service

Toaletter, servering, ingen dusch. **LÖP1** på plats med utförsäljning på löparskor.

Tävlingsregler

Se kommande PM

Tävlingsledare

Malin Jonsson

070-3536367

Tävlingssekreterare

Daniel Brohede

070-2384540

Banläggare

Henric Brohede

073-6370632