



SÅ HÄR GÖR VI

på OK Hällens Tredagars 2020

dat 200609rev2

Vi, du och jag. Du som deltagare och jag som funktionär.

Vi följer folkhälsomyndighetens rekommendationer och beslut och vi tar med oss det sunda förnuftet.

Innan du anmäler dig till tävlingen: **Är du i riskgrupp?**

När du anmäler: Välj klass med startgrupp (tidsintervall). Enbart föransmälan. Du kan inte anmäla dig på plats. Du får en lottad starttid inom intervallet.

Tävlingsdagen **före avresa:** Är du symptomfri? Ta toabesöket hemma i första hand.

När du kommer till parkeringen: **Byt om vid bilen** och lämna packningen där. Ta med p-avgift (20 kr) eller swisha. Kom ihåg SI-pinne och kompassen. Definitionsfodral behövs inte. Det finns inga lösa definitioner. Definitionerna är tryckta på kartan.

Följ skyltning och snitsel till start. På vägen passerar du toa. **Tänk på hygien.**

Vidare mot start: Ca 100 meter före start står en skylt "**Vänta här tills 5 minuter före din starttid**". Därefter går du fram till start och rensar SI-pinne och ställer dig i startfålla i den klass du är anmäld i.

Vid målgång **stämpla ut**. Även om du bryter tävlingen. Om du springer ungdomsklass upp till 12 år hämtar du pris vid prisbordet.

Därefter går alla **till bilen** och byter om. Där kan du kolla resultatet online och fika med dina resekamrater.

Ingen folksamling vid målet.

Vi hoppas att ni får en bra dag i skogen.

OK Hällen