



INBJUDAN OK HÄLLENS 3-DAGARS TISDAG 28 JULI 2020. LÅNGDISTANS

Vägvisning från väg 800 mellan Kila kyrka – Stavsjö. Därefter 2 km skogsbilväg till parkering.

Start och anmälan. Enbart föranmälan med sista anmälningssdag 20 juli och efteranmälan senast 24 juli.

Totala antalet deltagare under en tävlingsdag är begränsat till 250. Varje tävlingsdag är uppdelad i fem startgrupper med max 50 deltagare. Första startgrupp börjar 14.00. Sedan en ny startgrupp varje hel timme med en kvarts mellanrum. Sista startgrupp 18:00 till 18:45. Lottning sker inom startgruppen.

Anmäl dig i Eventor i den klass du valt att springa. Välj där också önskad startgrupp genom att under "Beställ tjänster" välja tjänsten med det namnet (t.ex. 15:00-15:45). Vid eventuellt överfull startgrupp förbehåller sig OK Hällen rätten att flytta den senast anmälde i den startgruppen till närmsta ledig startgrupp. Möjlighet till anmälan stoppas när 250 deltagare är anmälda. Startlistan kommer att publiceras så fort lottningen är klar. Om du inte väljer startgrupp blir du placerad i en av grupperna.

Klasser, banlängder och svårighetsgrader. (exakta banlängder anges i PM).

Klasser:	H21	svart	10 200 m	Skala 1:15 000
	D21	svart	8 000 m	Skala 1:15 000

Öppna klasser med enbart föranmälan.

Inskolning	grön	2 300 m	Skala 1:7 500
Mycket Lätt 2,0	vit	2 300 m	Skala 1:7 500
Lätt 2,5	gul	2 800 m	Skala 1:7 500
Medelsvår 3,0	orange	3 100 m	Skala 1:7 500
Svår 3,0	blå	3 200 m	Skala 1:7 500
Svår 4,0	svart	4 100 m	Skala 1:7 500
Svår 5,0	svart	5 100 m	Skala 1:7 500
Svår 7,0	svart	7 300 m	Skala 1:10 000

Anmälningavgifter: Ungdom 60 kr. Vuxna 120 kr. Hyrbricka 20 kr. Klubben faktureras. Utländska löpare och klubblösa betalar kontant på plats. Efteranmälan höjd avgift 50 %. Enbart aktuellt om anmälningstaket inte uppnås. Ingen efteranmälan på tävlingsdagen.

Servicefunktioner: Dusch, resultattavla, direktanmälan, barnpassning, marka, lösa definitioner och sträcktidlista vid målgång finns inte. Omklädning sker vid den egna bilen. Ingen folksamling vid målet. Resultat via webb online.

Karta: Kartutskrift del av kartan Korsbäcken, reviderad 2019.

Terrängbeskrivning: Måttlig kupering. Detaljrika höjdparter med mellanliggande detaljfattigare områden med en del sankmarker. God sikt. God löpbarhet. Stig och vägsystem i området.

Parkering: På anvisad plats utmed skogsbilväg. Parkeringsavgift 20 kronor. Betalas kontant eller med swish 123 489 43 82.

Toaletter: Toaletter på väg till start. Tänk på hygien. Håll rent. Rekommenderar att klara av det hemma.

Till Start: Max ca 1500 m väg. Ca 100 meter före startplatsen finns en väntzon för att undvika kö. Startstämpling för alla tillämpas.

Priser: I år har vi samma pris till alla deltagare upp till och med 12 år. Delas ut efter målgång. I övrigt inga priser.

Banläggare: Ulla Lindell

Tävlingsledare: Tage Hagman, 3-dagars@okhallen.se

Biträdande: Rolf Karlsson

Tävlingskontroll och bankontroll: Sune Lindell

VARMT VÄLKOMNA!