



Inbjudan till
Nordhallands
Hem5dagars
(eller O-ringen på hemmaplan)
20 juli – 25 juli 2020



OBS! Pga corona är tävlingen endast öppen för medlemmar i de arrangerande klubbarna.
Har du minsta sjukdomssymtom så stanna hemma.
Personer i riskgrupper avrådes att delta.
Alla ansvarar för att folksamlingar och närkontakter undviks.

<p><u>Etapp 1 – Åkulla</u></p> <p>Datum Måndag 20 juli 2020 Arrangör FK Friskus-Varberg Samling Åkulla friluftsgård Distans Lång Upplysningar Bengt Johansson bengt.johansson@wsp.com</p>	<p><u>Etapp 4 – Falkenberg</u></p> <p>Datum Fredag 24 juli 2020 Arrangör Falkenbergs OK Samling FOK-stugan Distans Lång Upplysningar Claes Andersson claes76@yahoo.se</p>
<p><u>Etapp 2 – Dagsås</u></p> <p>Datum Tisdag 21 juli 2020 Arrangör OK Nackhe, IK Trenne Samling Nackhestugan Distans Medel Upplysningar Björn Nilsson nilsson@tvaaker.se</p>	<p><u>Etapp 5 – Stättared</u></p> <p>Datum Lördag 25 juli 2020 Arrangör OK Löftan Samling Lillesjöstugan Distans Lång Upplysningar Jeanette Persson jeanette75persson@gmail.com</p>
<p><u>Etapp 3 – Åsa</u></p> <p>Datum Onsdag 22 juli 2020 Arrangör Fjärås AIK, IF Rigor Samling Åsa IP Distans Skog-sprint OBS! Heltäckande klädsel Upplysningar Adam Odén adam_oden@hotmail.com</p>	

Klasser och banlängder	Klass:	Svårighet:	Banlängd vid medel/sprint
	Mycket lätt 2 km	vit	2 / 1,5 km
	Lätt 3 km	gul	2,5 / 2 km
	Medelsvår 4 km	orange	3 / 2,5 km
	Svår 3 km	svart	2,5 / 2 km
	Svår 5 km	svart	3 / 2,5 km
	Svår 7 km	svart	4 / 3 km

Vid medel- och sprintdistanser är banlängderna kortare, men klasserna har ändå samma namn på alla etapper.

Starttider

Fri minutstart inom klubbens starttid enligt startschemat.

Varje klubb ansvarar för jämn fördelning av startande under sin starttid, så att inga folksamlingar uppstår vid starten.

Startschema	Friskus	Nackhe,Trenne	Fjärås, Rigor	FOK	Löftan
Etapp 1	10:00-10:45	11:00-11:45	12:00-12:45	13:00-13:45	14:00-14:45
Etapp 2	14:00-14:45	10:00-10:45	11:00-11:45	12:00-12:45	13:00-13:45
Etapp 3	13:00-13:45	14:00-14:45	10:00-10:45	11:00-11:45	12:00-12:45
Etapp 4	12:00-12:45	13:00-13:45	14:00-14:45	10:00-10:45	11:00-11:45
Etapp 5	11:00-11:45	12:00-12:45	13:00-13:45	14:00-14:45	10:00-10:45

Anmälan

Separat anmälan till respektive etapp, senast 3 dagar innan via Eventor. Ingen direktanmälan på plats, **endast föranmälan.**

Anmälningsavgift

Inga anmälningsavgifter.

Stämpling

Sportident.

Start

Längd till start enligt separat PM för resp etapp.

Ingen arena/TC

Det kommer inte vara någon arena att samlas på. Man går direkt till start från parkeringen. Efter mål går man direkt tillbaka till parkeringen. Avläsning sker på anvisad plats enligt separat PM för resp etapp. När alla i bilen är tillbaka så åker man hem.

Karta och terrängbeskrivning

Enligt separat PM för resp etapp.

Angivelser

Inga lösa angivelser, endast tryckta på kartan.

Poängberäkning

50p, 45p, 42p, 40p, 38p, 36p, 35p, 34p osv. Fullföljt lopp ger minst 1p. i totalställning räknas de 4 bästa etapperna.

Resultatlistor

Finns på Eventor och liveresultat. (inga resultat på tävlingen)

Livelox

Banorna kommer att läggas ut på Livelox efter resp etapp.

Service

Enligt separat PM för resp etapp. Ingen servering eller dusch. Toalett kan finnas (inget krav), se PM.

Välkomna!