



PM
OK HÄLLEN 3-DAGARS TISDAG 28 JULI 2020. LÅNGDISTANS.

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.

Tävlingsdagen **före avresa:** Är du symtomfri? 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 swish.
Kom ihåg SI-pinne och kompassen. Definitionsfodral behövs inte. Definitionerna är tryckta på kartan.

Följ skyltning och snitsel till start. På vägen passerar du toa. **Tänk på hygien.** Ca 100 meter före start står en skylt
”**Vänta här tills 5 minuter före din starttid**”. Då går du fram till start och rensar SI-pinne och ställer dig i startfälla
i den klass du är anmäld i.

Vid målgång **stämpla ut**, även om du bryter tävlingen. Ungdomar upp till 12 år hämtar pris vid prisbordet.

Därefter går du **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.

Vägvisning från väg 800 mellan Kila kyrka – Stavsjö. Därefter 2 km skogsbilväg till parkering. N58.43.60
E16.28.37. Skogsbilvägen är bitvis smal och det finns inte möjlighet att köra in med husvagnar.

Start och anmälan

Anmälan är fulltecknad. Det går inte att anmäla sig på plats och vi har ingen direktanmälan.

Klasser, banlängder och svårighetsgrader.

Klasser:	H21	svart	10 160 m	Skala 1:15 000
	D21	svart	7 960 m	Skala 1:15 000

Öppna klasser med enbart föränmälan.

Inskolning	grön	2 340 m	Skala 1:7 500
Mycket Lätt 2,0	vit	2 270 m	Skala 1:7 500
Lätt 2,5	gul	2 780 m	Skala 1:7 500
Medelsvår 3,0	orange	3 130 m	Skala 1:7 500
Svår 3,0	blå	3 190 m	Skala 1:7 500
Svår 4,0	svart	4 110 m	Skala 1:7 500
Svår 5,0	svart	5 090 m	Skala 1:7 500
Svår 7,0	svart	7 320 m	Skala 1:10 000

Anmälningsavgifter: Utländska löpare och klubblösa betalar kontant på plats.

Stämplingssystem: SI. Hyra bricka 25 kr. Borttappad bricka 500 kr. Hyrbricka hämtas vid starten.

Maxtid: Två timmar och målgång senast 20.30.

Karta: Kartutskrift del av karta 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.

Bana: Definitioner är tryckta på kartan. Lösa definitioner finns inte. Kodsiffra enbart på SI-enhet. Skuggkartor finns på Inskolning, Mycket Lätt och Lätt. Vit snitsel förtydligar stigar och diken för Inskolning, Mycket Lätt och Lätt. Drivningsvägar förekommer som inte är redovisade på kartan.

Parkering: Utmed skogsbilväg. Parkeringsavgift 20 kronor. Camping på arena inkl. skogen är inte möjlig. Husvagn kan inte tas in på skogsbilvägen.

Swish: Det går bra att betala med swish på tävlingen. Nummer: **123 489 43 82**.

Toaletter: Toaletter utmed vägen till start från P. Tänk på hygien.

Till Start: Maximalt 1400 m grusväg orange-vit snitsel. Tömning av SI bricka vid starten. Startstämpling för alla. Väntzon ca 100 meter före start om du är mer än 5 minuter före din starttid.

Servicefunktioner:

Dusch, Marka, Resultattavla, Resultatremsa är borttaget.

Vätska: Banorna har ingen kontroll med vätska pga. smittorisk. Vi rekommenderar eget vätskebalte.

Omplåstring:

Omplåstring och hjärtstartare vid mål. Nödnummer till arena finns på tävlingskartan.

Priser: Till alla ungdomar upp till och med 12 år.

Banläggare: Ulla Lindell

Bankontroll: Sune Lindell

Tävlingskontroll: Sune Lindell

Tävlingsledare: Tage Hagman 070 545 37 99

Biträdande: Rolf Karlsson 070 378 87 71

VARMT VÄLKOMNA!