PM

HÖGLANDETS SPRINTCUP

Deltävling 3

Tisdag 15 juni 2021

Covid-19	Pandemin är inte över. Vi tävlar med förstånd. Håll avstånd. Tänk framför allt på detta vid kö till start, vid kö till utstämpling och att ni efter genomfört lopp tar er hemåt istället för att hänga kvar på arenan.
Anmälan	Enbart föranmälan.
Startavgift	Vuxen 50 kr. Ungdom 20 kr. Faktureras klubbarna i efterhand.
Samling	**Åkerskolan.** Kolla karta innan. Ingen vägvisning. Parkering sker på befintliga parkeringsytor; grus. Försök ställa er hyggligt tätt så får vi in alla. Rekommenderar att ni byter om vid bilen för att inte skapa samlingar av folk vid arenan (start/mål). Från parkering till arena: ca 200 - 400 meter. Kolla även detta på karta då vi inte snitslar upp vägen. Lite extra uppsikt för tävlande som passerar, vi vill undvika att krocka med varandra.
Start	Tre startgrupper. 17.30 – 18.00, 18.00 – 18.30, 18.30 – 19.00 Avstånd till start: ca 100 meter. Vi försöker hålla det till en startande per minut och bana. Gör en vacker kö med avstånd till varandra. Korta banan får ta kartan en minut innan start. Övriga vid startögonblicket.
Mål	Inlöpningen till mål kommer ske från lite olika håll. Så när du väl gått i mål, ta dig till utstämplingen för att inte vara i vägen.
Terräng	Bostadsområden. Asfalt. Någon liten park-/skogsyta. **All tomtmark är förbjudet område.** **Tänk även på de särskilda sprintreglerna.**
Karta	Åker. Nyritad och reviderad 2021. Kartritare Magnus Svensson. Skala 1:4 000 för Långa banan, skala 1:3 000 för Mellanbanan och Korta banan. Ekvidistans 2 meter. Hårt trafikerad väg är markerad som förbjudet område. Ej markerat i verkligheten. Passage sker i gång-/cykeltunnel. Där har samtliga banor kontroll som ingår i banan såväl passagen ut som tillbaka in. Var noga så att du springer till rätt kontroll efter. Del av en öppen yta är markerad som förbjudet område. Ej markerat i verkligheten. Avser nysådd gräsmatta. Vänligen respektera detta. Ej tillåtet att hoppa över.

På Mellanbanan finns det två passager som på kartan är avstängda med förbjudet område, detta för att erbjuda vägvalsproblematik. Ej markerat i verkligheten.

På Långa banan är det en kontroll som är placerad på tomtmark (kontrolldefinitionen anger vägen men var svårt att få ned ställningen där). Tillåtet att sticka in handen och stämpla, dock ej tillåtet att springa på tomtmarken.

Skogsområdet direkt efter start innehåller några mindre stigar och öppna områden som ej är redovisade på kartan. Väljer du att gena igenom så tänk på att allt inte är med på kartan.

Kontrolldef. Finns lösa samt tryckt på kartan.

Stämpling SportIdent. Töm och Check finns innan starten. **Startstämpling gäller**.

Trafiksäkerhet Observera att tävlande INTE har företräde i trafiken och att deltagande sker på egen risk.

Klädsel Valfri klädsel

Dusch/Toalett Kan tyvärr inte erbjudas. Byt gärna om vid bilen.

Klasser och banlängder

Långa banan	2,8 km svart	Damer, Herrar	Skala 1:4 000
Mellanbanan	2,3 km röd	Damer, Herrar	Skala 1:3 000
Korta banan	1,4 km vit	Damer, Herrar	Skala 1:3 000

Upplysningar Måns Lennermo 076 – 117 38 60

Välkomna!