

PM fri intervallstart

Allmän information

På denna tävling tillämpar vi fri intervallstart. Det innebär att du kan välja en starttid inom din startgrupps tidsintervall. Startproceduren är densamma som vid lottad starttid. Du som tävlande går in i startfällan när gå-fram tiden för din valda starttid visas. Du följer sedan samma rutin som vanligt med en minuts väntan vid varje nytt steg i startfällan.

När du går in i fällan är det viktigt att du checkar din SI-pinne i checkenheten. Skulle du glömma att startstämpla kommer din tid att räknas från när du satte SI-pinnen i checkenheten. När det är din tur att starta iväg sker det genom att du startstämplar i startenheten på samma sätt som när du springer öppen motionsbana.

Hur du väljer starttid

Du väljer starttid när du kommer ut till startplatsen. Där kommer samtliga möjliga starttider för din klass/bana att sitta uppsatta på en anslagstavla. Du skriver in ditt sportidentnummer på den lediga starttid du väljer.

Att tänka på är att det är **maximalt 4 startande per minut**. Finns 4 sportidentnummer skrivna på ett klockslag är den starttiden full.

Du vet att starttiden är ledig genom att ingen annan skrivit sitt sportidentnummer din klass/bana och att det inte är mer än 4 sportidentnummer på starttidens rad. Se exempel nedan.

Exempel på starttider med SI nummer

Såhär kommer tabellerna att se ut med starttider. Det bör finnas goda möjligheter att hitta en starttid som passar då det totala startdjupet är tillräckligt för att 240 personer ska kunna starta i varje startgrupp. 150 deltagare är som mest tillåtna inom varje startgrupp.

Skulle det mot förmodan inte finnas tillräckligt med tider kontaktar du startpersonalen.

	Bana 1	Bana 2	Bana 3	Bana 4	Bana 5	
	H 65, H60, D 50	H 40, D 18	D 60, H 18, H 75	D14, H 16	D 21, H 35, D 40	
10.00	12345	67890	97541		98765	Fullt
10.01	1009988		65423	36200		1 lediga
10.02		23456				3 lediga
10.03	40529			67541		2 lediga