



Gällstadbygdens SOK och Ulricehamns OK  
inbjuder till

# DM VÄSTERGÖTLAND

## MEDELDISTANS

**Lördag 1 september 2012**

och

## STAFETT

**Söndag 2 september 2012**



### **DM medeldistans lördag 1/9 2012**

Samling: Bråten, väg 1700 mellan Gällstad – Köttkulla

Vägvisning: Från väg 157 i Gällstad (c:a 15 km söder Ulricehamn) kör mot Rånnaväg, därefter mot Köttkulla – från Gällstad till TC c:a 6 km. Från Köttkulla, kör väg 1700 mot Rånnaväg/Gällstad – från Köttkulla till TC c:a 4 km.

Start: Kl. 11.00.

OBS! Öppna klasser, inskolning, Knatteknat kl. 10.30-12.30

Start 1: 550m med följande klasser: H16, H18, H20, H21, H35, H40, H45, H50, H55, H60, H65, D16, D18, D20, D21, D35, D40, D45, D50, D55, ÖM7, ÖM8

Start 2: 400m med följande klasser: H10, H12, H12K, H14, H14K, H16K, H70, H75, H80, H85, D10, D12, D12K, D14, D14K, D16K, D60, D65, D70, D75, D80, D85, Inskolning, U1, U2, ÖM1, ÖM3, ÖM5

DM-regler: Minst två deltagare ska starta i klass för att DM-plaketter ska delas ut.

Löpare från andra distrikt får delta i tävlingsklasser på DM men endast löpare från egna distriktet kan erhålla DM-medalj.

Observera att skuggning inte får utföras av någon som själv senare deltar i DM-klass.

Westgöta Cup: DM Medel ingår i Westgöta Cup 2012.

Anmälan: Via Eventor eller e-post [info@gsok.se](mailto:info@gsok.se) senast lördagen den 25/8.

Anmälningsavgifter: Ungdom 60 kr, Vuxna 100 kr. Knatteknat 20 kr, Efteranm.avg. +50%

Efteranmälan: Via Eventor eller e-post [info@gsok.se](mailto:info@gsok.se) senast torsdagen den 30/8.

Direktanmälan: Öppna klasser, inskolning, u-klasser fr.o.m. kl. 09.30

Stämplingssystem: Sport Ident. Hyra av bricka 25 kr. Ej återlämnad bricka deb. 500 kr

Karta: Nyritad karta 2012, Morgan Bodin. Skala 1:10 000, HD60- 1:7500 Ekv. 5 m, området delvis använt vid tävling 2011.

Terräng: Skogsterräng, svag till måttlig kupering, god framkomlighet

Service: Dusch, sportförsäljning, servering, sjukvård, barnpassning

Parkering: Bråten, till TC max. 300 m, avgift 10 kr.

Camping: Husvagnscamping erbjuds vid Bygdegården Köttkulla från fredag kväll; tillgång till vatten, toalett, dusch, kök. Bokning och information via e-post eller tävlingsledning. Avgift 100 kr/natt och bil.

Tävlingsledning: Tävlingsledare: Jan Flodqvist, GSOK, tel. 0321-75120  
Biträdande tävlingsledare: Roger Andersson, UOK, tel. 0707-940721  
Banläggare: Sven-Erik Bodin och Benny Mild  
Tävlingskontrollant: Fredrik Odelberg, IK Ymer  
Bankontrollant: Lars-Åke Larsson, OK Tranan  
Kartkontrollant: Lars-Åke Larsson, OK Tranan  
Information: [www.gsok.se](http://www.gsok.se)  
Pressvärd: Sören Nilsson, tel. 0321-10093

## **DM stafett söndag 2/9 2012**

Samling: Bråten, se vägvisning lördag.

Klasser: H210, H180, H55, H50, H45, H40, H35, H21, H20, H16, H14, H12, D180, D150, D45, D40, D35, D21, D20, D16, D14, D12.  
I HD12-16 får man vara upp till 3 stycken löpare på mittensträckan.

Anmälan: Via Eventor eller e-post [info@ulricehamnsok.se](mailto:info@ulricehamnsok.se) senast lördagen den 25/8.

Anmälningsavgifter Ungdom 180 kr/lag 60 kr/extralöpare. Vuxna 300 kr/lag.  
Knatteknat 20 kr. Efteranmälningsavgift +50%

Efteranmälan: Via Eventor eller e-post [info@ulricehamnsok.se](mailto:info@ulricehamnsok.se) senast tisdagen den 28/8.

Direktanmälan: Öppna klasser från kl. 09.30 - banor ÖM1, ÖM3, ÖM5, ÖM7 och ÖM8.  
Endast anmälan på plats. Till start 300m.

Starttider: Första start kl. 10.00, Öppna klasser kl. 10.00-11.30,  
Knatteknat kl. 09.30-11.30

Lagändringar: Skall lämnas till sekretariatet senast kl. 09.00 på söndag 2/9.  
Använd särskild blankett som finns i lagkuvertet.

Tävlingsledning: Tävlingsledare: Jan Flodqvist, GSOK, 0321-75120  
Biträdande tävlingsledare: Roger Andersson, UOK, 0707-940721  
Banläggare: Anders Thomasson och Claes-Göran Johansson.  
Tävlingskontrollant: Fredrik Odelberg, IK Ymer  
Bankontrollant: Lars-Åke Larsson, OK Tranan  
Kartkontrollant: Lars-Åke Larsson, OK Tranan  
Information: [www.ulricehamnsok.se](http://www.ulricehamnsok.se)  
Pressvärd: Sören Nilsson, tel. 0321-10093