



PM DISTRIKTSTÄVLING MEDELDISTANS

Lördag 13 augusti 2022

- Samling** Brunås. Vägvisning efter E6 Spekerödsmotet, avfart 90. Därefter ca 8 km på smal asfalt och grusväg.
Vägvisning från väg 650 (gamla E6) vid Stenungsunds Golfbana om man kommer via Ucklum. Arenaposition N58°00'04" E11°54'42".
- Parkering** Enligt anvisning i anslutning till arenan, max 200 m gångväg.
Parkeringsavgift 20 kr Swish eller kontant. **Samåk i möjligaste mån!**
- Start** Avstånd Arena – Start 400 m, stig och grusväg. Följ orange-vit snitsel.
Första ordinarie start kl. 11.00. Efteranmälda startar först i sin respektive klass.
Öppna klasser och Inskolning har fri start mellan kl.11.00 – 12.30. För dessa klasser är det Startstämpling
Ingen transport av överdragskläder från start.
Glöm ej tömma SI-brickan på väg till Start!
- Sen start** Upp till 30 minuter efter ordinarie starttid.
- Radiokontroll** Vi har radiokontroll och förvarning i klasserna D/H21, löpande rapportering av speakern för dessa klasser.
- Nummerlappar** D21 och H21. Nummerlappar och säkerhetsnålar finns vid start.
- Skuggning** Skuggning är tillåten i Inskolning. Skuggningskartor finns vid start.
- Öppna banor** Direktanmälan till Öppen klass kan göras mellan kl. 10.30 – 12.00. Start kl. 11.00 – 12.30
- Strukna klasser** H18, H20, H85, D16, D40, D70, D85 pga inga anmälda.
- Miniknat** Avgift 20 kr. Start kl. 10.00 – 13.00.
- Karta** 1:7500 för samtliga klasser.
Ekvidistans 5 m. Karta ritad 2016-17., reviderad löpande t o m 2022.
SOFT-godkänd laserutskrift av Kartsam.
- Förbjudet område** Kortare banor går i början av banorna på en stig genom ett nyplanterat hygge som är förbudsmarkerat på kartan. Förbudsmarkeringen på kartan täcker inte stigen som alltså är **tillåten** att springa på.
- Terrängbeskrivning** Tävlingsområdet utgörs av blandad skog där den största delen utgörs av barrskog med god sikt. Framkomligheten är god, dock bitvis tungsprunget underlag (mycket blåbär!). Måttlig kupering där de längsta banorna har ett parti med kraftig kupering.
- Stämplingssystem** Sportident. Hyrbrickor hämtas vid Direktanmälan. Kostnad för hyrbricka 30 kr. Förlorad hyrbricka debiteras med 400 kr. Om löpare har felaktig bricka vid Start tilldelas en hyrbricka.
Notera ljud/ljussignal; om ingen signal använd stiftstämpel i reservrutan på kartan. Stiftstämpel hänger i kontrollskärmen i ett snöre.
OBS: Reservrutor kom olyckligtvis inte med i kartrycket. Om någon SI-enhet inte skulle fungera så är stiftstämpling varsomhelst i kartkanten godkänt.

Maxtid	2 tim.		
Vätska	Inga vätskekontroller.		
Viltrapport	Meddela iakttagelser av större vilt i sekretariatet i anslutning till målet efter målgång.		
Toaletter	I anslutning till arenan, inga toaletter vid start.		
Priser	Priser i ungdomsklasserna t. o. m. H/D16 samt H/D21..Antal priser enligt anslag. Prisutdelning så snart respektive klass är klar.		
Service	<p>Utlottningspris två presentkort på massage hos Björn Winberg Medicinsk Massageterapeut i Stenungsund bland fullföljande löpare.</p> <p>Servering med sedvanligt sortiment: fika, smörgåsar och hamburgare,</p> <p>Dusch erbjudes utan kostnad i Stenungsunds OK's klubbstuga, se separat vägvisning anslagen på arenan, ca 15 km från arenan.</p> <p>Fina badplatser: Getskär i Stora Höga och Hawaii på Stenungsön. Sök på badkartan.se Getskär resp Stenungsön.</p> <p>Omplåstring och första hjälpen i anslutning till serveringen.</p> <p>Avskärmade utrymmen på arenan för ombyte innan och efter tävling samt tvätt med eget medhavt vatten.</p> <p>Miniknat</p> <p>Barnpassning för föranmälda barn från 3 år.</p>		
Försäljning	SM-Sport finns på plats med ett stort utbud av utrustning. Lokalt producerad honung finns till försäljning.		
Tävlingsledning	Tävlingsledare:	Jan Hansson	0702-394754
	Banläggare:	Katrin Pellmé	073-521 92 73
		Mikael Fjällborg	070-244 17 40
		Willy Fjällborg	
	Tävlingskontrollant:	Ulf Björkdahl,	073-097 02 97
	Bankontrollant:	Mats Karlsson ,	070-287 04 17
		Jan Hansson	0702 394 754

Stenungsunds OK
hälsar alla välkomna och önskar
LYCKA TILL I SVARTEDALSBERGEN!

Vi tackar våra sponsorer:



Fasciaklinikerna Stenungsund | Teknisk konsult