



## Inbjudan/ PM Veteran 16 maj 2017

### Samling:

Rällsjöbo. Vägvisning från väg 69 mellan Bjursås – Rättvik c:a 9 km norr om Bjursås. Därifrån c:a 2,5 km bilväg till Arenan. Parkering c:a 150-200 m från Arenan.

### Start:

Mellan kl 09.30 – 11.00. Följ orange-vit snitsel till start c:a 250 m. Grusväg. Inga toaletter vid start.

### Karta:

1:7500. Ekv 5 m. Ritad och rekognoserad hösten 2016. Framkomlighetsreviderad 2017. Angivelse och telefonnummer till arenan finns på kartan.

### Terrängbeskrivning:

Relativt god framkomlighet. Inslag av gallrade områden och hyggen samt stigar och vägar. Måttlig till stark kupering för samtliga banor utom för bana 4 och 5 där det är lätt till måttlig kupering.

**Särskild beskrivning HD5:** Stort inslag av stigar/vägar och öppen mark ( inägor ) samt lättframkomlig skogsterräng. Inga korta branta stigningar på D5banan. H5 har en kortare brant stigning på 10 m i slutet av banan. Höjdstigning **H5 60 m**. Höjdstigning **D5 45 m**. INTE RULLATORSANPASSAD.

### Banor.

Herrar: H1 4,6 km. H2 3,9 km. H3 2,8 km. H4 2,1 km. H5 1,5 km.

Damer: D1 4,1 km. D2 3,6 km. D3 2,7 km. D4 2,1 km. D5 1,4 km.

### Startavgift:

30 kr. Kontant eller med Swish.

### Toaletter/omklädnad

Toalett finns vid Arenan. Omklädnad utomhus. Ingen dusch.

### Tävlingsledare/Banläggare

Hans Carlsson tel 023 59143 eller 0767 145866

### Så här gör du

1. Välj bana och betala startavgift
2. Registrera sportident och anmäl vilken bana du skall springa
3. Gå till start -
4. Tag lös angivelse
5. Töm och checka SI-pinnen
6. Ställ upp bakom din banskyt
7. Fri start – 1 min mellanrum och bana
8. Startstämpla i startenheten och tag därefter kartan ur din box
9. Genomför banan
10. Målstämpla och följ sedan snitsel till Arenan
11. Stämpla ut på samma plats som registreringen
12. Ta ut resultatremsan med mellantider