

PM

Nationell tävling i långdistans torsdag 28 juni 2012

Samling	Åkekvam, väg 545 Gränum – Gaslunda
Parkering-arena	I anslutning till arenan
Husbilar	På grund av vätan uppifrån har vi inte möjlighet att låta husbilar köra in på arenan. Parkering av husbilar hänvisas till Gränums IP, se skyltningen. Vi erbjuder skjuts från Gränums IP till arenan.
Ihopslagna klasser	D18 och D20 är ihopslagna till D20, D50 och D55 är ihopslagna till D50, H75 och H80 är ihopslagna till H75
Strukna klasser	D12Kort, D14Kort, D16Kort, D18, D21Kort, D55, D70, D75, D80, D85, H14Kort, H20, H21Kort, H80, H85 är strukna
Start	Första start kl 18.00. Efteranmälda är inlottade i ordinarie startlista. U-klasser, Inskolning och Öppen motion har fri starttid. Till start 800 m orange-vit snitsel En bilväg passeras före start. Var uppmärksam! Vägvakts finns!
Överdrag	Överdrag transporteras tillbaka från starten.
Nummerlappar	Ska bäras av löpare i DH16, självservering vid start
Stämplingssystem	SportIdent. Hyrbricka 25 kr, ej återlämnad bricka debiteras 250 kr. Hyrbrickor utlämnas vid sekretariatet. Glöm ej att tömma och checka på väg till start!
Karta	Åkekvam 2012, revidering Marko Karkulehto Skala 1:15 000 DH16-21, skala 1:7 500 DH60 och äldre, skala 1:10 000 resten av klasserna. Jaktorn och åtlar (utfodringsanordning) är <u>inte</u> redovisade på kartan.
Terräng	Måttligt kuperad skogsmark med varierande detaljrikedom på sluttningarna. Ett icke sammanhängande nät av vägar och ett stort antal stenmurar genomkorsar området. Delvis begränsad framkomlighet, områden med hyggen i varierande ålder, barr / bok- och tätskog bildar en mosaik. Större vindfällor är markerade på kartan med mörkgröna sträck.
Inskolning – snitslad sträcka	Inskolning har vit-snitslad sträcka mellan kontroller, markerade på definitionen.
OBS!	Östra Orlundsån, strax före mål, går att passera överallt. Äldre och yngre rekommenderas att springa närmaste vägen mellan kontrollerna (fågelvägen), där finns i terrängen markerad passage med vit snitslad.
Målgång	Vid målgång korsas en bilväg. Var uppmärksam! Vägvakts finns.
Vätska	Vid på kartan markerade platser och efter målgång
Skuggning	Löpare i tävlingsklass får före eget lopp utföra skuggning i Inskolningsklass, U1, U2, ÖM1. I övriga Öppna motionsklasser får skuggning ske endast efter eget lopp. Den som skuggar ska vara äldre än 17 år. Skuggning före eget lopp får ej utföras av löpare i rankingmeriterande klasser
Viltrapport	Rapport om du har observerat älg, rådjur eller vildsvin. Lämna gärna rapport om raserade stenmurar eller stängsäll!
Max-tid	2,5 tim
Öppna klasser	Försäljning mellan kl. 17.00-18.30. Se särskilt PM! Start mellan kl. 17.30-19.00
Dusch	Tempererad dusch utomhus i anslutning till arenan
Toaletter	Vid arenan och på väg till start
Sjukvård	Finns på arenan. Nödtelefonnummer är tryckt på kartan.
Café	Välsorterat Vilse-café
Miniknat	Från kl. 17.00 – 18.15
Barnpassning	Barnpassningen öppnar kl. 17.00
Sportförsäljn.	I anslutning till arenan, RA-sport
Priser	Priser i alla tävlingsklasser och ungdomsklasser. Lottade priser i Öppna klasser.
Camping	Vi rekommenderar Halens Camping och Rosornas camping.
Tävlingsledning	Margaretha Svensson 0706-106381 & Kerstin Tjernlund 070-6273463
Banläggare	Tore Tjernlund
Bankontrollant	Anders Henriksson & Bo Johansson
Tävlingsjury	Åke Larsson, BIOF:s sammankallande Kristina Berlin och Anna-Karin Jonsson OK Orion

välkomna !