



Inbjuder till Ryssbergsdubbeln För-SM 2016 Lördagen 28 mars 2015 Långdistans Söndagen 29 mars 2015 Medeldistans

Klassindelning	Enligt SOFT's klassindelning. I HD12-16K finns möjlighet att springa i patrull. Banlängder och svårighetsgrader enligt SOFTs regler
Klasser lördag lång	D21E, H21E, D20E, H20E, D18E, H18E, D21, H21, D21K, H21K, D20, H20, D18, H18, D17-20K, H17-20K, D16, H16, D16 Kort, H16 Kort, D14, H14, D14 Kort, H14 Kort, D12, H12, D12 Kort, H12 Kort, D10, H10, D35, H35, D40, H40, D45, H45, D50, H50, D55, H55, D60, H60, D65, H65, D70, H70, D75, H75, D80, H80, D85, H85, Inskolning, U1, U2, ÖM1, ÖM2, ÖM3, ÖM5, ÖM6, ÖM7, ÖM8, ÖM9
Klasser söndag medel	D21E, H21E, D20E, H20E, D18E, H18E, D21, H21, D20, H20, D18, H18, D16, H16, D16 Kort, H16 Kort, D14, H14, D14 Kort, H14 Kort, D12, H12, D12 Kort, H12 Kort, D10, H10, D35, H35, D40, H40, D45, H45, D50, H50, D55, H55, D60, H60, D65, H65, D70, H70, D75, H75, D80, H80, D85, H85, Inskolning, U1, U2, ÖM1, ÖM3, ÖM5, ÖM7, ÖM8
Anmälan	Via Eventor senast söndag den 22 mars kl. 23.59. Klasserna Öppen Motion, Inskolning och U-klasser har även anmälan på arenan.
Efteranmälan	Via Eventor mot 50 % förhöjd avgift t.o.m. torsdagen den 26 mars kl. 20:00.
Avgifter	Enligt BLOF: 170 kr elit, 120 kr 17 år och äldre, 70 kr 16 år och yngre. Öppen motion 120 kr för 17 år och äldre respektive 70 kr för 16 år och yngre. Utländska löpare skall betala kontant i sekretariatet på tävlingsdagen.
Samling	Gummarp, Ryssberget, vägvisning från E 22 avfart nr 46 mot Gammelstorp
Parkering	Parkering i anslutning till arenan, avstånd 100 – 600 meter.
Start	Första start kl. 10:00. Lång max 2.500 meter, 100 meter för Inskolning, U1, U2, DH10, DH12K, ÖM1 och ÖM2. Medel max 500 meter för alla klasser. Startlistor publiceras så fort som möjligt efter att alla

efteranmälda registrerats. Efteranmälda lottas in i startfältet. Startstämpling och fri starttid för Inskolning, U-klasser och Öppna Motionsklasser.

Stämplingssystem	SportIdent. Glöm ej att ange bricknummer vid anmälan. Hyrbrickor lånas ut vid sekretariatet. Kostnad 30 kr faktureras i efterhand. Borttappad hyrbricka debiteras med 350 kr
Karta	Ryssberget reviderad 2015. Ekv. 5 m. Karritare Kenneth Kaisajuntti. Lång: skala 1:15 000 (HD16-21), klasserna HD60 och äldre skala 1:7 500. Övriga har skala 1:10 000. Medel: klasserna HD60 och äldre skala 1:7 500. Övriga har skala 1:10 000.
Terrängbeskrivning	Måttlig kuperad skogsmark bestående av bok- och granskog. Den östra sluttningen domineras av avenbok, tall och enbuskar. Det är god till mycket god framkomlighet. Småskuren terräng utmed den östra sluttningen. Det finns granplanteringar i varierande ålder och framkomlighet samt några mindre hyggen.
Service vid arenan	Varmdusch utomhus Välförsett marketenteri Barnpassning Sportförsäljning Miniknat
Priser	Priser i ungdomsklasser. Pris till de tre första i elitklasserna. Utlottat pris bland deltagare i övriga klasser.
Resultat	Start - och resultatlistor kommer att publiceras på Eventor
Träningspaket	Se www.sm2016.se
Logi	Ynde vandrarhem www.yndegarden.se se även www.visitblekinge.se
Tävlingsledare:	Cissi Lingerud, 0733-57 61 15 cissi.lingerud@glocalnet.net och Kerstin Tjernlund, 070-627 34 63 kerstin.tjernlund@gmail.com
Banläggare:	Thomas Henmyr (lördag) och Marko Karkulehto (söndag)
Bankontrollant:	Bert-Inge Green och Anders Wetterling
Tävlingskontrollant:	Sven-Åke Granquist
Jury:	Utses av Blekinge OF

Välkomna

