

PM
OK Kolmårdens KM Lång
2016-11-12

Samling:

Kl. 9:30 vid Linköpings OKs klubbstuga LOK-gården.

Vägbeskrivning till start:

Erhålles vid samlingen i klubbstugan. Orange/vit snitsel.

Karta:

Utskrift i skala 1:10000 + 1:7500 för HD60 och äldre, ekvidistans 3-5 m, reviderad 2016. Lösa definitioner + tryckta på kartan.

Start:

Fri start mellan 10:00-10:30, minst 1 minut mellan löpare av samma bana. Startstämpling tillämpas.

Sammanslagna klasser:

D18+D20 går upp i D21.

D50 → D45.

D65 → D60.

H18+H20 → H21.

H45 → H40.

H55 → H50.

H70 → H65.

Strukna klasser:

D35, D40, D55, D70, H35 och H60.

Klasser och banlängder:

Kontrollerna är utmärkta med skärm, kodsiffra och SI-enhet.

Bana 7 (7,6 km) svart – H21

Bana 6 (5,6 km) svart – D21, H16, H40, H50

Bana 5 (4,1 km) svart – D45

Bana 4 (3,2 km) violett (1:7500) – D60, H65

Bana 3 (3,5 km) röd – D14, H14

Bana 2 (3,2 km) gul – D12, H12

Bana 1 (2,6) vit – D10, H10

Direktanmälan:

Ett begränsat antal direktanmälningar kan göras på plats i tillgängliga klasser.

Service:

Omklädning och dusch finns i klubbstugan. Efteråt tillhandahåller LOK lättare servering, OKK står för kostnaden.

Banläggare:

Roger Danielsson, Linköpings OK

Lycka till!