



PM FÖR HESTRA SKIDULTRA 2022, LÖRDAGEN DEN 5 FEBRUARI, TÄVLINGSPLATS HESTRASTUGAN EKÅS

ALLMÄN INFO FÖR ARRANGEMANGET

Undvik att samlas tätt, är du inomhus så sprita händerna och var endast på anvisad lagplats. **Tänk på att hålla avstånd och om du är sjuk stannar du hemma.**

TÄVLINGSINFO

Tävlingen genomförs i klassisk teknik. Loppet kommer att gå på konstsnö med elljus.

Svenska Skidförbundets långloppsregler gäller förutom att skidbyte är tillåtet.

All deltagande sker på egen risk och arrangören fritar sig från all ersättningsskyldighet för skada eller annat som inträffar under eller i samband med tävlingen.

Teknikkontrollanter: Kommer att finnas ute på banan på flera ställen för att kontrollera att endast klassisk skidåkning förekommer. Överträdelse medför tillsägelse och vid upprepade överträdelser avdrag med tre kilometer.

VEM/VILKET LAG HAR ÅKT LÄNGST

Efter 6 respektive 12 timmar får inga åkare passera mål ut nytt varv. De åkare som påbörjat varv före 6 resp 12 timmar får fullfölja påbörjat varv. Avslutat påbörjat varv räknas in i totalsträckan och tiden för det avslutande varvet läggs till 6 resp 12 timmar.

Om du/ni bryter tävlingen meddela målpersonalen och glöm inte lämna nummerlapp och chip.

RESULTAT/LIVERESULTAT

Resultat kommer att publiceras på vår hemsida direkt efter tävlingen. Under tävlingen kommer liveresultat publiceras på <https://my.raceresult.com/189558/> och på en skärm i stugan.

SKIDBYTE

Ett valfritt antal skidbyten är tillåtet. Skidbyte får endast ske i depå (se arena skiss).

VARVNING

Varvräkning sker vid passering av mållinjen. Mållinjen får endast passeras en gång /varv med chip.

VÄXLING

Växling mellan lagmedlemmar sker i depå genom att chipet lämnas över till nästa lagmedlem. Lagen får växla löpare hur många gånger som helst. Chippet måste sitta fotleden för att varvet ska registreras.

VÄTSKA/MAT

Vätska (sportdryck Umara/vatten) finns i depå under hela loppet. Varm korv med bröd och ostfralla samt kaffe finns i depå vid följande tider kl 12.00, 15.00, 18.00 och kl 21.00.

Varje deltagare får vid avhämtning av nummerlapp kexchoklad, chokladboll.

START

För alla deltagare/lag sker gemensam start kl. 09.00. Upprop kl 08.45.

EFTERANMÄLAN

Efteranmälan kan du göra via länken här: <https://raceid.com/sv/races/8058/about> fram till 07.30 under tävlingsdagen i mån av plats.

DELTAGARTAK

Maximalt 100 deltagare/lag.

NUMMERLAPPAR OCH CHIP

Avhämtas tävlingsdagen i Hestrastugan mellan 07.30 och 08.30. Nummerlappen och chip ska lämnas tillbaka vid målfållan. Ej återlämnad nummerlapp debiteras med 400 kr och ej återlämnat chip debiteras med 750 kr.

PRISER

Medalj till alla fullföljande. Medaljer delas ut i samband med målgång.

SERVERING

På grund av Corona kommer vi inte att ha någon servering i Hestrastugan.

LAGPLATS INOMHUS

Varje lag får en anvisad plats (bord) inomhus i klubbstugan där lagmedlemmar kan vila/vänta på växling

För er som åker individuellt och vill komma in för vila finns två bord avsedda för er.

UPPLYSNINGAR

Har du frågor kring arrangemanget kan du ringa Toivo 0768-24 33 56 eller Joakim på 0705-40 53 35

ÖVRIGT

Ombyte och toaletter i Hestrastugan, undvik trängsel.

Parkering på anvisade platser. Om ni vill parkera husbil meddela detta senast dagen före tävlingen så ni får en parkeringsplats nära arenan.

SPÅR

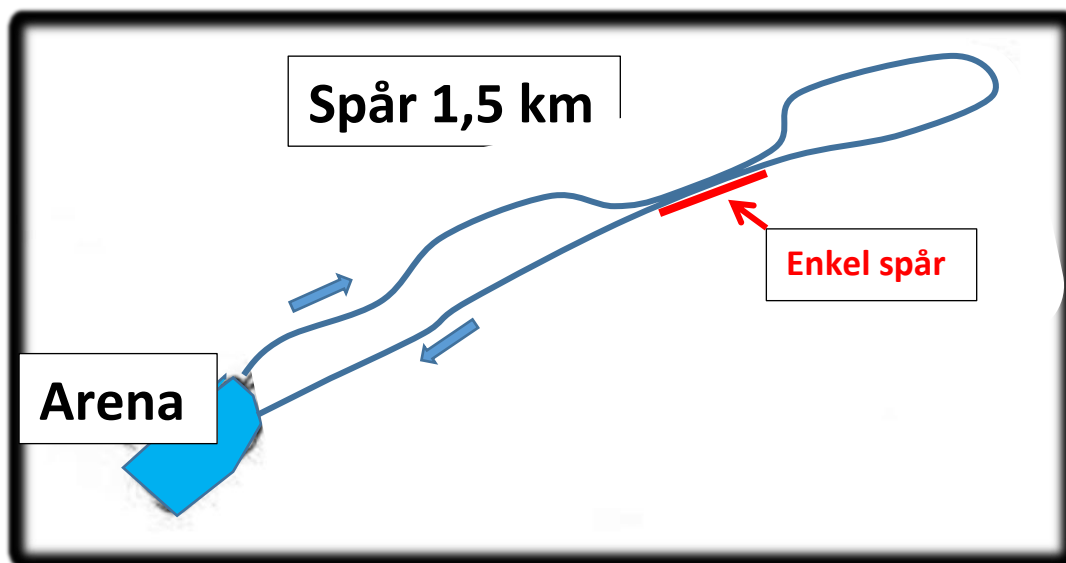
Det är fyra klassiska spår på större delen av banan, de två vänstra spåren är avlysta för skidultra åkare övriga två är till för allmänhetens åkning. Ca 450 m från start så

går spåret fram och tillbaka på samma spårbädd under drygt 100 m, på denna sträcka möter du tävlande och motionerande åkare och på denna sträcka finns endast två spår i vardera riktningen varav det vänstra är avlyst för skidultra åkare.

BANA

En variant av Hestra IFs flacka konstsnöspår, med en stigning på ca 15 meter per varv á ca 1,5 km (Stifa ca 10). Banskiss se nedan.

BANSKISS 1,5 KM



ARENA SKISS

