

## PM Brandkårs-SM 20–21 mars 2019, Orsa Grönklitt

### Längdskidor

#### Tävlingsprogram och klasser

##### **Längd**

H21 och H35: Individuellt Klassiskt 15 km

H 40, H45, H50, H55, H60, Damer och Motionsklass: Individuellt Klassiskt 10 km

H65, H70, H75 och H80: Individuellt Klassiskt 5 km

I klasserna H35 till och med H80 skall minst två deltagare starta för att mästerskap skall gälla. Vid mindre antal sker uppflyttning till närmast yngre klass. Seedning i klasserna sker efter föregående års resultat. Tid för första start anslås efter sista anmälningdag.

##### **Stafett**

Seniorer och Oldboys Stafett Klassiskt 3 x 5 km

I stafettklassen Oldboys får deltagare från 35 år och äldre delta, den gemensamma åldern skall dock överstiga 130 år. Födelseår anges vid anmälan. Tid för första start anslås efter sista anmälningdag.

##### **Deltagaravgift:**

Individuella starter längd 305:-/start inkl spårkort

Startavgift stafett 350:-/lag

Bankett 350:-/person

Ingen avgift återbetalas vid sjukdom.

##### **Banor:**

Banan består av en slinga på 5 km, de som åker 10 resp 15 km varvar på stadion.

Anslag och kartor över banorna kommer att publiceras samt anslås på tävlingsplatsen, var noga med att lära känna bansträckningen.

#### Innan start och efter start:

**Tävlingsexpedition:** Längdcentrum på skidstadion,

**Nummerlappar:** Hämtas på Längdcentrum den 19 mars mellan kl. 15-17, den 20 mars mellan kl. 8-8.30, samt 21 mars mellan kl 8-9.

**Starttid:** 20 mars, första start sker **kl. 9.30**, Gemensam start klassvis på de individuella loppen.

**15 km start kl. 9.30**

**10 km start kl. 9.40**

**5 km start kl. 9.50**

21 mars första start sker **kl. 10.00**

**Start:** Start och mål sker vid målhuset på skidstadion.

**Varvning:** Varvning sker på stadion

**Banmarkering:** Granruskor markerar riktning i spårkorsningar, i övrigt finns banan anslagen på en karta.

**Tidtagning:** EQ Timing står för tidtagning med chip i nummerlappen.

**WC / dusch:** Finns på skidstadion i samma byggnad som Längdcentrum

**Vallabod:** Det finns vallabodar runt hela anläggningen, bla i stugbyarna, utanför Vandrarhuset samt på skidstadion.

**Prisutdelning:** Prisutdelning för de individuella tävlingarna sker på banketten på kvällen den 20 mars och prisutdelning för stafetten sker så snart sista lag har kommit i mål.

**Sjukvård:** Sjukvårdare finns på anläggningen. Vid olycka eller sjukdomsfall ring 0250-46206 Längdcentrum eller vid akuta fall 112.

**Allt deltagande sker på egen risk!**