



# PM Järnforan



## Gemensam information

**Starttid:** 11:00 både 41 och 15 km  
**Köldgräns:** -20 vuxen (21 år) -17 Juniorer  
**Målgång:** Viksmon 262 för båda loppen  
**Dusch/ombyte:** Grångebyn ingång på kortsidan mot parkering  
**Boende:** För boende [www.graningeffc.se](http://www.graningeffc.se)  
**Prispengar 41 km**  
1:a 4000 kr (D & H)  
2:a 2000 kr (D & H)  
3:a 1000 kr (D & H)  
**Prispengar 15 km**  
1:a 1500 kr (D & H)  
2:a 1000 kr (D & H)  
3:a 500 kr (D & H)  
**Prisutdelning:** ca 30 minuter efter första målgång  
**Varupriser:** Lottas ut på startnummer i respektive klass



*Startplatsen 41 km*

## Information 41 km

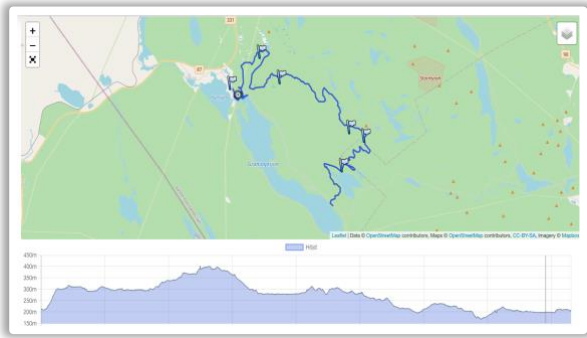
**Startplats:** Östergrånge adress 138  
**Parkering:** Gratis vid både start- & målplats  
**Busstransport:** Avgår från **målet** i Viksmon 262 till startplatsen 09:00 bokas vid anmälan  
**Nummerlappar:** Hämtas vid startplatsen 41 km  
**Överdragskläder:** Samlas upp av arrangören i tillhandahållna säckar. Trp till målplatsen av arrangören.  
**Vätskekontroller:** 6, 15, 25, 32 km sportdryck, vatten, bulle vid 32 km  
**Bergspris:** vid 14 km (1500 kr förste dam & herre)  
**Säkerhet:** Kö skoter följer loppet med sjukvård  
**Avbryta loppet:** Vid respektive vätskekontroll ansvarar arrangören för återtransport



*Spårdragning*

## Information 15 km

**Startplats:** Viksmon (adress Viksmon 262)  
**Parkering:** Finns i anslutning till startplatsen  
**Nummerlappar:** Hämtas vid sekretariatet start och målplats  
**Överdragskläder:** Samlas upp av arrangören hämtas inom målområdet  
**Vätskekontroll:** Efter 6 km  
**Spurtpris:** Efter 5 km (750 kr förste dam & herre)  
**Säkerhet:** Sjukvård och skoter på flera ställen efter spåret

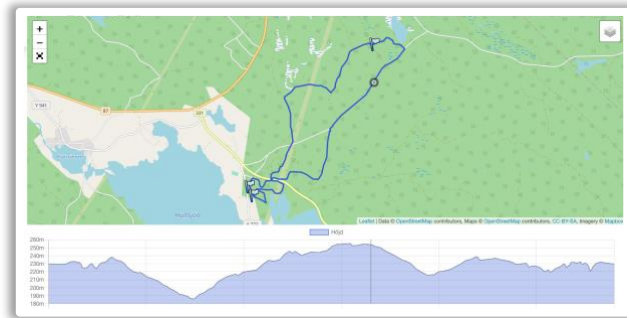


## Bansträckning 41 km

Mer information finner Ni på [www.jarnforan.se](http://www.jarnforan.se)

## Bansträckning 15 km

Mer information finner Ni på [www.jarnforan.se](http://www.jarnforan.se)



## Tävlingsorganisation

Tävlingsledare: Mikael Wikström  
 Spåransvarig: Tommy Bergqvist  
 Stadionansvarig: Sture Lantz  
 Tävlingsadm: Tommy Bergqvist

## Tävlingsregler

Svenska skidförbundets tävlingsregler gäller. Tävlade som åker utan klubb och egen försäkring åker på egen risk. Bryter man loppet måste man omedelbart meddela tävlingsfunktionär och återlämna tidtagnings chipet.

Loppet går i klassisk stil så all form av skateteknik är förbjudet. Kontroll kan ske på slumpvis valda platser.

Kom ihåg regeln rörande stavars längd vid långlopp. Staven får vara 83% av åkarens kroppslängd mätt upp till stavremmens infästning.

