



PM Järnforan



Gemensam information

Starttid: 11:00 15 km 11:30 26, 41 km
Köldgräns: -20 vuxen (21 år) -17 Juniorer
Start & Mål: Viksmon 262 för båda loppen
Dusch/ombyte: Graningebyn ingång på kortsidan mot parkering
Boende: För boende www.graningefc.se
Prispengar 41 km Prispengar 26 km
1:a 5000 kr (D & H) 1:a 3000 kr
2:a 3000 kr (D & H) 2:a 2000 kr
3:a 1500 kr (D & H) 3:e 1000 kr

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



Information 41 km & 26 km

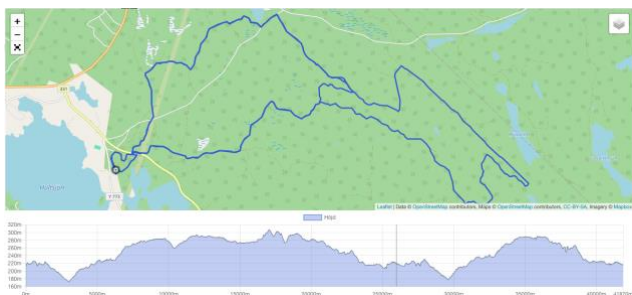
Startplats: Viksmon 262, Graninge Fritidscentrum
Parkering: Finns gratis vid start & målplats
Nummerlappar: Hämtas vid sekretariatet start & målplats
Överdragskläder: Samlas upp av arrangören hämtas i målområdet
Vätskekontroller: 6, 15, 20, 26, 32, 36 km sportdryck, vatten, bulle vid 26, 36 km
Bergspris 41 km vid 33,5 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 och 10 km
Spurtpris: Efter 7,5 km (750 kr förste dam & herre)
Säkerhet: Sjukvård och skoter på flera ställen efter spåret

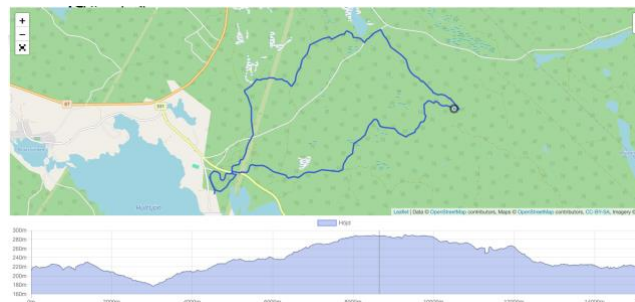


Bansträckning 41 km

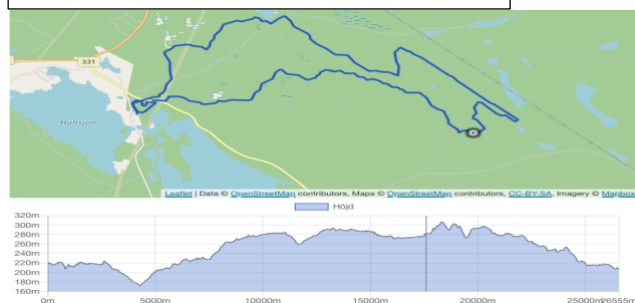
Mer information finner Ni på www.jarnforan.se

Bansträckning 15 km

Mer information finner Ni på www.jarnforan.se



Bansträckning 26 km



Tävlingsregler

Svenska skidförbundets tävlingsregler gäller. Tävlände 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. **Vi åker självklart floufritt**

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

Tävlingsorganisation

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

All dryck till tävlingen sponsras av:

