



PM Åmål Multisport KM 2024-10-05

Tävlingscentrum

Åmål - Hanebol

Klasser

Solo klass 3 tim (vuxna)

MTB och Löpning/Orientering kommer troligen att vara de olika del-momenten

Start

Solo klass: Kl 10.30, genomgång och utdelning av kartor strax innan

Parkering

Parkering finns i anslutning till TC. Parkera på anvisad plats.

MTB

Det finns några kartställ att låna som man sätter på styret för MTB-kartan.

Registrering

I och med anmälan/start i KM har man gått med på friskrivning för tävlingsledningen och att allt tävlande sker på egen risk.

Regler

Där inte annat anges gäller reglerna enligt www.laget.se/amalmultisport/ Vi vill dock tydliggöra följande:

- Kontrollerna tas i valfri ordning och hur många man hinner med.
- Det är inte tillåtet att gena över tomter (grönt på kartan) eller beträda förbjuden mark (röd-streckat på kartan).
- E45 får bara passeras på broar eller genom tunnlrar.
- **Allmänna trafikregler ska följas. Det kan vara vandrare ute på stigarna - visa hänsyn!**
- **Och trafik i stan!!**

Obligatorisk utrustning

Obligatorisk utrustning ska medföras från start till mål där inte annat anges nedan:

- Första förband – alla sträckor
- Cykelhjälm – Vid användandet av MTB

Utrustningen kommer ev. att kontrolleras under tävlingen. Stoptid på 10 min per saknad utrustningsdetalj tas ut direkt vid kontrollen.

TÄVLING Rogain: 3 tim

Innebär att man får ta kontrollerna i valfri ordning, antal och valfritt sätt inom klass tiden.

Anländer man efter får man poängavdrag från poängskörden man fått ihop. 5 poäng för varje påbörjad minut.

Om/när MTB används skall hjälm på.

En lista med alla kontroller bifogas där man ser poängen för dem tillsammans med kartorna.

Så det gäller att planera och utnyttja tiden till fullo.

Ansvar och försäkring

Man tävlar på egen risk och ansvarar själva för att ha ett fullgott försäkringskydd.

Vid olycka

Vid olycka med personskada är lagen skyldiga att bistå varandra tills hjälp anländer. Lämna aldrig

Någon skadad ensam. Bistå den eller de som drabbats enligt följande ordning;

1. Undsätt skadad,
2. Om funktionärer inte finns tillgängliga, larma 112.



Omklädning

Omklädningsmöjligheter finns ev. i anslutning till TC.

Prisutdelning

Prisutdelning kommer att ske efter målgång.

Startavgift

För betalande medlemmar i Åmål Multisport är det ingen startavgift. För övriga är det en startavgift, tillika Medlemsavgift, på 100:-. Tas emot på Swish.

Efteråt kommer det kanske att bjudas på sedvanlig ärtsoppa med knäckebröd.