

Kimstad Golf Skid- & Motion inbjuder till



Kimstadrullen

Onsdagen den 14 aug 2024



Välkommen till Kimstadrullen 2024 - ett rullskidslopp för alla i naturskönt och kuperat ängslandskap. Tävlingsplats är vid Grensholm som bjuder på en bana som ger spännande och roliga tävlingar ända från minsta ungdom till veteran. Parkering finns vid start och målplats och det är gångavstånd till Roxen och det fina Grensholmsbadet för de som vill ta ett bad.

Tävlingsplats Grensholm, (mitten mellan Norsholm och Vånga, Roxens norra sida), GPS koordinater N 58.531553, E 15.807858.

Parkering Vid start och mål på anvisad plats

Klasser och sträckor

Välj klass efter önskad banlängd	
Prova på – Mix	2 km (låneskidor finns)
Kort - Öppen 1	6 km
Mellan - Öppen 2	11 km (ett helt varv)
Lång – Öppen 3	22 km (två hela varv)

Starttid Gemensam start kl 18.00

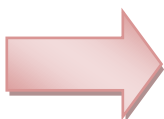
Åkstil Klassisk teknik.
Det finns möjlighet att åka fristil i separat fristilsklass (meddela det i så fall vid start i sekretariatet, anmälan i förväg som vanligt till önskad sträcka). De som väljer att åka fristil ska ta hänsyn till medtävlade och gå in och staka längs vägkanten vid eventuell biltrafik.

Tävlingsregler Enligt SSF regler för rullskidtävlingar.

Trafik Smal väg som är öppen för trafik. Skyltning och flaggvakter uppmanar till låg hastighet

Ansvar Tävlade, funktionärer och åskådare deltar på egen risk, ref §106.4

Utrustning Hjul enligt [gällande lista från SSF](#) är tillåtna, dvs även de PU-hjul som finns på listan. Om möjligt, välj gärna gummihjul för jämnare förutsättningar bland de tävlade. Backspärr på ett hjul per skida enligt SSF-regler och stavlängd enligt gällande regelverk. I den separata fristilsklassen är det fri utrustning.



OBS! Hjälms och glasögon är obligatoriskt!

Vätska	Vätskekontroller vid bortre vändpunkterna och vid varvning/mål.
Banskiss	Se skiss på nästa sida.
Sjukvård	Sjukvårdsmaterial finns på plats vid varvning/mål.
Anmälan	Ordinarie anmälan senast söndag 11 augusti . Efteranmälan på tävlingsdagen (50% tillägg på avgiften). Anmälan i första hand i tävlingskalendern via Idrott Online, i andra hand via kontakt nedan.
Anmälningsavgift	-HD8 40 kr, HD 9-16 90 kr, HD17- 140 kr. 50% tillägg vid efteranmälan. Avgiften faktureras i efterhand till klubbarna alternativt betalas kontant eller med Swish 1234522033 på plats.
Godkännande	Startlistor, resultatlistor och bilder från tävlingen kommer att publiceras på hemsidan. Genom er anmälan godkänner ni publiceringen, ta kontakt med oss om ni ej önskar publicering.
Nummerlappar	Nummerlappar hämtas ut vid starten innan start.
Omklädnad/ Dusch	Fin badplats finns på gångavstånd från start och målplats, i övrigt finns ej dusch och omklädningsrum att tillgå på tävlingsplatsen.
Toalett	Toalettält med öppen ängsutsikt!
Priser	Priser till alla ungdomar.
Prisutdelning	Ungdomar får pris direkt då de går i mål.
Servering	Fikaservering vid start/målplatsen, kontant eller Swish 1234522033
Resultat	Liveresultat online
Hemsida	www.kimstadgoif.nu Se under Skid- & Motion och Tävlingar
Kontakt	Jonas Braam, Jonas.Braam@skidor.com , 0733-22 32 22 Laila Braam, Braam@telia.com , 0705-27 32 36

Varmt Välkomna önskar Kimstad GoIF Skid- & Motion!

BANSKISS

