



PM

Kimstadrullen

Söndagen den 8 oktober 2017



Välkommen till Kimstadrullen 2017. Efter ett års uppehåll pga arrangörskap av Rullskid-SM i Norrköping 2016 återvänder vi till Grensholm för ett rullskidslopp för alla i naturskönt och kuperat ängslandskap. 2015 års bana blev mycket uppskattad och bjöd på spännande och roliga tävlingar ända från minsta ungdom till veteran. För de vuxna bjuder den sista milen tur och retur Grensholm – Vånga också på flera uppförsbackar där de starka stakåkarna kan få utmaning av tekniska diagonalåkare!

Parkering och enklare servering finns vid start och målplats och det är gångavstånd till Roxen och det fina Grensholmsbadet för de som vill ta ett höstbad.

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	Prova-på –HD12 (öppen 1)	2 km (låneskidor finns)
	HD13-14, HD 15-16, Motion kort (öppen 2)	6 km (även HD12 får åka)
	HD17-20, HD21, HD35-, HD45-, HD55-, HD65-, Motion lång (öppen 3)	17 km

Sammanslagning av klasser fastställs vid lagledarmötet, baserat på anmälningsläget

Efteranmälan Fram till kl. 10.15 på tävlingsdagen (50% tillägg på avgiften). Anmäl på plats eller via telefonkontakt med tävlingsledare Jonas Braam 0733-223222

Anmälningsavgift Prova-på 40 kr, Ungdom 70 kr, HD17- 110 kr. 50% tillägg vid efteranmälan i tävlingsklasserna. Avgift faktureras i efterhand till klubbarna alternativt betalas kontant eller med Swish 1234522033 på plats.

Startlista Live-startlista online
<http://ext.nyatime.se/race/?race=akHAMq88cF9DJE2n6&startlist=1>

Nummerlappar Hämtas ut vid starten senast kl 10.30

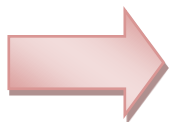
Lagledarmöte Vid startplats kl 10.30

Starttid Gemensam start kl 11.00

Åkstil Klassisk teknik i tävlingsklasser, valfri stil i öppna klasser

Tävlingsregler	Enligt SSF regler för rullskidtävlingar; obs tänk på de nya stavreglerna
Utrustning Tävlingsklass	HD17- Endast gummihjul motsvarande klass 2 är tillåtna för seniorer, backspärr på ett hjul per skida enligt SSF-regler. <u>Kontroll av utrustning kan ske</u> - HD16 ungdomshjul/gummihjul "1:or" eller "2:or" är tillåtet, om det är både "1:or" och "2:or" i en klass anges åkarnas rullmotstånd i resultatlistan (vi strävar att klubbarna kan låna skidor sinsemellan för att om möjligt få likvärdiga hjul inom varje klass, dvs ta gärna med extraskidor för eventuell utlåning oavsett om det är 1:or eller 2:or).

Öppna klasser Fri utrustning, även Inlines



OBS! Hjälms och glasögon är obligatoriskt!

Vätska	Vätskekontroller vid vändpunkterna och vid varvning och målgång.
Banskiss	Se skiss på nästa sida
Trafik	Smal väg som är öppen för trafik. Skyltning och flaggvakter uppmanar till låg hastighet
Ansvar	Tävlande, funktionärer och åskådare deltar på egen risk, ref §106.4
Sjukvård	Sjukvårdare finns på plats och kan förflytta sig längs med banan. Förband och plåster vid vändpunkter och vid varvning/mål.
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.
Omklädnad/ Dusch	Fin badplats finns på gångavstånd från start och målplats, i övrigt finns ej dusch och omklädningsrum att tillgå på tävlingsplatsen.
Toalett	Toalettält vid start och målplats
Priser	Medalj till alla, segerblomma från Skärblacka Blomsterhandel till alla klassegrare
Prisutdelning	Snarast efter målgång
Servering	Lättare fikaservering vid start/målplatsen, kontant eller Swish 1234522033
Resultat	Liveresultat online http://ext.nytatime.se/race/?race=akHAMq88cF9DJE2n6
Hemsida	www.kimstadgoif.nu se under Skid- & Motion och Tävlingar eller använd direktlänk https://www.laget.se/kimstadgoiftavling/Page/258488
Kontakt	Jonas Braam, Jonas.Braam@telia.com , 0733-22 32 22 Laila Braam, braam@telia.com , 0705-27 32 36

Varmt Välkomna önskar Kimstad GoIF Skid- & Motion!

Banskiss Kimstadrullen 8 okt 2017

