

PM: Särna Hedlunds Minnescup Idretävlingarna 4 december 2010

Tävlingsplats: Start och mål vid stadion Idre Fjäll.

Nummerlappar: Från kl. 7.30 i tävlingsexpeditionen stadion Idre Fjäll, avhämtas klubbvis. Obs! Ej återlämnad nummerlapp debiteras klubben med 100:-.

Första start: Kl. 10.00.

5 km (2x2,5 km)

D 17-18 kl. 10:00

D 19-20 kl. 10:19

D 21 kl. 10:34

10 km (3x3,33 km)

H 17-18 kl. 10:44

H 19-20 kl. 11:07

H 21 kl. 11:30

900 m

H 0-8 kl. 12:30

D 0-8 kl. 12:34

1,7 km

H 10 kl. 12:39

D 10 kl. 12:42

H 9 kl. 12:46

D 9 kl. 12:49

2,3 km

H 13 kl. 12:52

D 13 kl. 12:55

H 12 kl. 12:59

D 12 kl. 13:03

H 11 kl. 13:07

D 11 kl. 13:10

4,6 km (2x2,3 km)

H 16 kl. 13:14

D 16 kl. 13:19

H 15 kl. 13:24

D 15 kl. 13:30

H 14 kl. 13:34

D 14 kl. 13:38

Åkstil: Fri teknik.

Dryck: Vid målgång.

Dusch: Sporthallen, Idre Fjäll, ingång på nedsidan.

Lagledarmöte: Fredag 3.12 2010 kl. 19.00 Nipsalen, Vårdshuset Idre Fjäll.
Obs! För Särna- och Idretävlingarna 4-5.12 2010.

Banskiss / Anslagstavlan, portalen Idre Fjäll.

Banprofil /

Temp.service:

Prisutdelning: Minnesmedalj vid målgång till alla fullföljande ungdomar.
Priser till de tre första i D/H 17-21 på stadion Idre Fjäll direkt efter avslutad tävling.

Servering: Vårdshuset Idre Fjäll.

Försäljning: Varm korv och varm dryck Stadion Idre Fjäll.

Toaletter: Stadion Idre Fjäll, och vid tunneln mot centumparkeringen.

Tävlingsorganisation:

Tävlingsledare: Sven Larsson. **Banchef:** Lars Johansson.
Biträdande tävlingsledare, tävlingssekreterare: Sigrid Larsson.
Teknisk delegat: Olof Ahlmark. **Ass. Teknisk delegat:** Annika Dahlman.
Tidtagning: Peter Bodemyr. **Speaker:** Jonas Andersson.
Stadionchef: Bengt Martinsson. **Tävlingsexpedition:** Helen Bojort.
Spårvaktschef: Jan-Erik Bagg. **Prischef:** Sven Franzén.
Parkeringschef: Thomas Lagerlöf. **Tävlingskassör:** Yngve Arnesson.
Vallabodar: Göran Arnesson.

Tävlingsjury: Sven Larsson, Olof Ahlmark, Annika Dahlman och laglederrepresentant.

Sjukvård: Jourhavande läkare Idre Fjäll. Sjuksköterska Margareta Björneby-Östensson finns på stadion Idre Fjäll.

Doping: Om tävlande använder medicin ska detta meddelas sjuksköterskan Margareta Björneby-Östensson före start.

Tävlingsregler: Internationella Skidförbundets tävlingsregler och Svenska Skidförbundets tävlingsregler.

Välkomna!

Arr: Idre SK och Särna SK.