



Stigmännens – Karlshamns OK inbjuder till

nationell långdistans med DM i Ultralångdistans för Blekinge söndagen den 4 april 2010

Klasser Långdistans (banlängder enligt SOFT:s rekommendationer):

H80	H45	H16	D80	D45	D16	U4	Ö9
H75	H40	H14	D75	D40	D14	U3	Ö8
H70	H35	H12	D70	D35	D12	U2	Ö7
H65	H21	H10	D65	D21	D10	Insk	Ö5
H60	H20		D60	D20			Ö4
H55	H18		D55	D18			Ö2
H50			D50				Ö1

Klasser Ultralång (banlängder enligt SOFT:s rekommendationer):

H75	H60	H45	D75	D60	D45
H70	H55	H40	D70	D55	D40
H65	H50	H35	D65	D50	D35

Gäller som **Ultralång-DM för Blekinge**, men även löpare utanför Blekinge är välkomna att delta.

Motionsklasser Vi erbjuder ej motionsklasser utan hänvisar till de öppna klasserna.

Öppna klasser Öppna klasser, U-klasser och Inskolning går att anmäla sig till under tävlingsdagarna på TC.

Stämplingssystem Sport Ident. Eget bricknummer anges i anmälan. Om bricknummer ej anmälts tilldelas hyrbricka. Hyra av bricka 25 kr.

Anmälan Via **Eventor** senast lördagen den 27 mars.

Efteranmälan Via **Eventor** senast torsdagen den 1 april kl 20.00.

Anmälningavgift HD17- 100 kr, HD-16 60 kr (varav 10,-/deltagare är busskostnad p g a snötäckt parkering). Faktureras i efterhand. Efteranmälan 50% förhöjd avgift, räknat på 90 kr resp 50 kr.

Samling Möbel-Form i Blekinge AB, Aplakärr.

Vägvisning Efter avfart från E22 vid trafikplats Karlshamn Ö.

Parkering Hällaryds IP, 2500 m från arenan och därifrån bussning mellan kl 08.00 och 10.00, återresa mellan kl 11.30 och 13.30.

Start	Ultralångklasserna: Gemensam start kl 09.30. Arenan – start: 500 m.
	Övriga klasser: Första start kl 10.00. Efteranmälda startar före denna tid. Arenan – start: 1500 m, delvis genom skog.
Karta	Svinaryd, skala 1:10000, ekv 5 m, reviderad 2010.
Terrängbeskrivning	Detaljrik terräng med inslag av kulturmark, måttlig kupering, mestadels god framkomlighet.
Omklädnad/Dusch	Omklädnad under tak, tempererad dusch utomhus på arenan.
Toaletter	På arenan och vid start.
Service	Barnpassning, knatteknat, marketenteri, sjukvård och RA-sport Hyltebruk.
Tävlingsledare	Owe Nilsson, tel 0454-321254.
Banläggare	Åke Larsson, tel 0454-147 48.

VÄLKOMNA !