

# Medelpad Classic Ski

## PM 20 km klassisk teknik

**Bussar** går från målplats Bergforsen till start i Mellberg kl. 08.30. **GÄLLER ENDAST FÖR DE SOM FÖRANMÅLT SIG FÖR BUSSTRANSPORT.**

**Obs!! Arrangörerna ansvarar inte för återhämtning av egna transportmedel vid startplatserna**

**Nummerlappar** delas ut vid respektive startplats före tävling. Nummerlappen är av modell engångs som skall fästas på bröstet.

**OBS! Avhämtad nummerlapp är ett kvitto på avprickning till start. Det är åkarens ansvar att meddela om man inte startar eller bryter!**

I samband med nummerlappsutdelningen erhålls PM och plastpåse att användas till överdrag som skall till målet. Om ni har egen bag/väska knyts påsen fast som identitet.

**Tidtagningsschip;** Vi använder i likhet med Vasaloppet *Chip för tidtagning som ska fästas på vänster ankel*. Chipet finns i kuvertet med nummerlapp och skidmärkning. Åkaren ansvarar för chipet under tävling. *Borttappat chip debiteras åkaren med SEK 800:-.*

**Startlistor** kommer att uppsättas vid startplatser och vid målet.

**Start sker kl. 11.00 i Mellberg.** Vid kyla kan starten framflyttas, dock högst 1 tim. Starten sker i en fålla där vi ber er att anpassa er position i fältet efter er åskicklighet och era ambitioner. D.v.s. ställ er på den plats som ni tror att i kommer att gå i mål som. Iakttä och följ speaker och startpersonalens anvisningar så att en följsam och problemfri start kan genomföras.

**Skidmärkning** är obligatorisk för alla åkare. Märklappar erhålls vid avhämtning av nummerlappar.

**Åkare som bryter tävlingen** skall ovillkorligen meddela sekretariatet i mål, tel. 060 57 98 98. De som bryter efter banan meddelar sig till närmaste funktionär som ordnar med transport till målplatsen.

<b>Vätskekontroller</b>	4 km Hamre	sportdryck, vatten
	15 km Lögdö Bruk	sportdryck, vatten, blåbärssoppa och bulle + kaffe
	20 km Bergforsen	sportdryck, vatten

**Maxtiden** är 4 tim.

**Medalj** utdelas direkt efter målgång.

**Prisutdelning** ca: 45 minuter efter första målgång, för placeringarna 1 – 3 damer resp. herrar. Vinnare anslås vid målet. Utlottade priser avhämtas löpande efter målgång. Tag med nummerlappen!

**Sjukvårdspersonal** finns tillgänglig efter sträckan .

**Resultat** kommer efter hand att uppsättas vid målplatsen.

**Duschar** i direkt anslutning till målet.

### Seedning Tjejvasan

Varje åkare ansvarar själv för att resultatet inrapporteras för seedning. Detta sker genom att du skickar in dina resultatlistor, *med ditt namn markerat*, till Vasaloppet, Vasaloppets Hus, 792 32 MORA., eller via nedanstående länk.

**Deltagarinformation** framgår av följande länk;

<http://www.vasaloppet.se/lopp/skidlopp/tjejvasan/seedning/>

**SSF:S och Vasaloppets/Tjejvasan seedningsregler gäller.**

**Tävlingsregler:** [http://www.skidor.com/ImageVaultFiles/id\\_136722/cf\\_104/T-vlingsregler\\_1-ngd-kning\\_2015.PDF](http://www.skidor.com/ImageVaultFiles/id_136722/cf_104/T-vlingsregler_1-ngd-kning_2015.PDF)