

# Medelpad Classic Ski

## PM -2012 46 km klassisk teknik

Bussar går från målplats Bergforsen till start i Bredsjön kl.07.30

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

**Nummerlappar** delas ut på Bergforsens Skidstadion i serveringsbyggnaden mellan kl. 15.00 och 18.00 dagen före tävling. I övrigt utlämning på startplatsen tävlingsdagen senast 1 timme före start. Nummerlappen är av modell engångs som skall fästas på bröstet. 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.

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

**Start** sker kl. 10.00 i Bredsjön. 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 ni kommer att gå i mål som. Iakttä och följ speaker och startpersonalens anvisningar så att en följsam och problemfri start kan genomföras.

**Skidmärkning** är obligatoriskt för alla åkare. Märklappar erhålls vid hämtning av nummerlappar.

**Spurtpriser** delas ut vid *Ås (20 km)* och *Hamre (30 km)* och är markerade *med skylt 500 m före banderoll och markerad linje.*

**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>	10 km Lagfors	sportdryck, vatten
	20 km Ås	sportdryck, vatten, blåbärssoppa (Spurtpris)
	30 km Hamre	sportdryck, vatten, blåbärssoppa och bulle (Spurtpris)
	41 km Lögdö Bruk	lika som 30 km + kaffe
	46 km Bergforsen	sportdryck, vatten, frukt

**Maxtiden** är 6 tim.

**Medalj** utdelas direkt efter målgång. Se prisutdelning.

**Prisutdelning** ca: 45 minuter efter första målgång, för placeringarna 1 – 5 damer och 1 – 10 herrar.

Utlottade priser avhämtas löpande efter målgång.

Vinnare anslås vid målet. Tag med nummerlappen!!

**Sjukvårdspersonal** finns tillgänglig efter sträckan .

**Resultat** kommer att uppsättas vid målplatsen.

**Diplom** skickas mot beställning.

**Duschar** i direkt anslutning till målet.

### Seedning för Vasaloppet

Vi tillämpar tidtagningssystemet SSF Timing. Om du anmält dig via din förening sker seedningen automatisk. Övriga motionärer eller åkare som inte är medlem i en skidförening kan anmäla sig via anmälningsformuläret på följande länk: <http://ta.skidor.com/EventDetails.aspx?EventID=2139&orgid=1197> Manuellt seedningsförfarande kan även ske som tidigare varvid resp. åkare själv ansvarar för detta. För automatisk seedning till Vasaloppet se även <http://www.skidor.com/vasaloppet>

**Tävlingsregler:** [SSF:s tävlingsregler gäller](#)