



Malungs OK Skogsmårdarna
inbjuder till



3+3 långdistans Fjäll-OL

Lördagen 30/6 2012

Klasser o banlängder:	H21 E	14,0 km	D21 E	10,0 km
	H20 E	10,0	D20 E	7,5
	H18 E	7,5	D18 E	6,0
	H21	10,0	D21	7,0
	H21K	8,0	D21K	5,5
	H20	7,0	D20	5,5
	H18	7,0	D18	5,5
	H35	8,0	D35	5,5
	H40	7,5	D40	5,0
	H45	6,5	D45	4,5
	H50	6,0	D50	4,0
	H55	6,0	D55	4,0
	H60	5,0	D60	3,5
	H65	4,5	D65	3,5
	H70	4,0	D70	3,0
	H75	3,5	D75	3,0
	H80	3,0	D80	3,0
	H17-20K	5,0	D17-20K	4,5
	H16	5,0	D16	4,5
	H16K	4,0	D16K	4,0
	H14	4,0	D14	4,0
	H14K	2,5	D14K	2,5
	H12	2,5	D12	2,5
	H12K	2,0	D12K	2,0
	H10	2,0	D10	2,0
	INSK	2,0	Ö1	2,0
	U1	2,0	Ö3	2,5
	U2	2,0	Ö5	4,0
			Ö6	6,0
			Ö7	3,5
			Ö8	4,5
			Ö9	7,5

Tävlingscentrum: Lindvallen i Sälen. Vägvisning från riksväg 71.

Parkering: Avstånd parkering - TC 100-400m. P-avgift 20 kr.

Karta: 1:15000 för HD16-35, 1:7500 för HD70 och äldre, Övriga 1:10000.
5 m ekv. för samtliga banor. Offsettryck för samtliga klasser utom HD70 och äldre.

Terrängbeskrivning: I huvudsak fjällterräng med branta sluttningar och raviner. Framkomligheten är mycket god. Kupering från svag till stark kuperad. Ungdomsbanorna går i flack fjällterräng med många stigar.

Start:	Första start kl. 11:00. Efteranmälda startar före. Ca 10 minuters åktid med lift. Därefter ca 150 m till start.	
Anmälan:	Anmälan senast söndagen 17 juni via Eventor eller Malungs OK, Idrottens Hus Torggatan 14 G 78231 Malung eller e-post: kansli@malungsok.se. Anmälningsavgiften faktureras i efterhand. Vid anmälan godkänns utläggning av namnet på Internet. Utländska löpare betalar kontant på tävlingsdagen.	
Efteranmälan:	Senast måndag den 25 juni. Efteranmälan skall ske via Eventor eller till Malungs OK e-post: kansli@malungsok.se	
Efteranmälan tävlingsdagen:	I mån av plats går det också att efteranmäla sig på tävlingsdagen. Anmälan skall då vara gjord senast klockan 09:30 tävlingsdagen.	
Anmälningsavgifter:	Elit 160 SEK. Vuxna 100 SEK gäller även öppna klasser. Ungdom (tom 16 år) 55 SEK. För efteranmälan utgår 50% förhöjd avgift. Vid efteranmälan på tävlingsdagen utgår en tilläggsavgift på 100% för vuxna samt 50% för ungdomar.	
Startlista och PM	Publiceras på Eventor och 3+3s hemsida: www.3plus3.se	
Stämplingssystem:	EMIT: s elektroniska system.	
Service:	Servering, dusch, barnpassning, miniknat, sjukvård, toalett och sportförsäljning.	
Bianchi Tour:	Till 2012 utvecklar vi fjolårets sprintsuccé med en hel Bianchi Tour för HD14 och HD16. Liksom ifjol är förstapris en helt ny mountainbike från Bianchi och segrare är den löpare som går först i mål på söndagens jaktstart. Observera att det endast är deltagare i Bianchi Tour som har jaktstart på söndagens tävling!	
Logi:	Vi hänvisar till Lindvallen som förmedlar logi. Hemsida: www.skistar.com Telefon: 0771-84 00 00	
Tävlingsledare:	Karl-Erik Sigfrids	070-533 23 47 karl-erik@byggteknik.se
Banläggare:	Britta och Hans-Daniels	070-337 16 85 brittad@tele2.se
Teknikansvarig:	Jonas Bäckström	070-269 16 17 jonas.backstrom@hotmail.com

Hjärtligt Välkomna

önskar

Malungs OK Skogsmårdarna