

## PM för Kompiskavlen 2016-09-06

- ❑ Samling, efter väg 224 mellan Gnesta och Lästringe, c:a 8 km söder om Gnesta. Start från 9:00 fram till c:a 10:30.
- ❑ P – TC c:a 400 m.
- ❑ Egen medhavd våtklut / tvättvatten
- ❑ Eget fika i fria naturen.
- ❑ 3 klasser: **Lång:** A 3,6 km, B 3,7 km (samma bana, A- och B-varv i motsatt riktning).
- ❑ **Kort:** A 2,1 km, B 2,2 km (samma bana, A- och B-varv i motsatt riktning).
- ❑ **Mix:** Lång A 3,6 km, Kort B 2,2 km.
- ❑ Möjlighet till enskild start på bana ”**Kort A**” eller ”**Lång B**”.
- ❑ Ange namn på lagets A- resp. B- löpare på rätt lista.
- ❑ Ensamlöpare anmäler sig på **egen** lista, som **Kort** alternativt **Lång**.
- ❑ Registrera SI-pinnen i tävlingsdatorn.
- ❑ Startavgift 30 kr per löpare.
- ❑ Till start är det c:a 300 meter, följ orange/vit snitsel. TÖM o CHECK vid start.
- ❑ **A-löparen startar med kavlen och B-löparen för den i mål.**
- ❑ **Laget startar samtidigt, båda löparna startstämplat, tar kartorna och kommer överens om var man skall träffas för att skifta över kavlen.**
- ❑ Kartan är i skala 1:7500 med 5 m ekvidistans.
- ❑ Kontrollernas löpnummer på kartan är ersatta med kodsiffran.
- ❑ Kontrollerna har kodsiffran på SI-enheten.
- ❑ Kontrollbeskrivningar finns på kartan. **Även lösa!**
- ❑ Nödtelefon till TC **0708 305212**.
- ❑ **OBS! Målstämpling för båda löparna och utstämpling individuellt.**
- ❑ B-löpare skall återlämna kavlen **vid utstämpling**.
- ❑ Resultat blir sammanlagd löptid för A och B-löpare. På TC kommer endast individuella resultat att anslås. Sammankoppling till lag görs i efterhand!

Lycka till med samarbetet i skogen!