



Rymmarloppet

Lördag 29 december 2018

Plats: Rymmarstadion

Tid: Gemensam start kl 11.00

Teknik: Klassisk

Nummervästar: Stellingsgården, Rymmarstadion. Från kl 9.00. Ej återlämnad nummerväst debiteras med 300 kronor.

Efteranmälan: Fram till start. 10 km: 150 kr, 20 km: 300 kr, 40 km: 400 kr. Kontant eller swish.

Temperaturservice: Se hemsidan; www.skidor.arvidsjaur.net

Banskiss: På www.skidor.arvidsjaur.net och anslås på Rymmarstadion. Banan är 10 km och åks ett, två eller fyra varv.

Startordning: Alla klasser samtidigt.

Brutet lopp: Nummerlapp lämnas till funktionär vid målområdet.

Dusch/ombyte: Camp Gielas, 300 m från Rymmarstadion.

Dryck för tävlande: Varm blandsaft vid varvning och efter målgång.

Förtäring: Vi bjuder på kaffe i Stellingsgården. Enklare förtäring finns att köpa i Camp Gielas' cafeteria.

Värmestuga: Stellingsgården och intilliggande byggnad "Villa Rossa".

Vallning: Villa Rossa, tre platser med profiler.

Toaletter: Camp Gielas.

Priser, prisutdelning: Penningpriser till de tre främsta i 20 km- och 40 km-klasserna. Utdelas direkt efter målgång.
2000 kr - 1000 kr - 500 kr i D 40 km och H 40 km
300 kr - 200 kr - 100 kr i D 20 km och H 20 km

Utlottningspriser bland alla föranmälda deltagare som åker i mål. Anslås på lista vid målet. Uthämtas inne i Stellingsgården.

Inställd tävling: Ev. beslut om att inställa tävlingen tas tävlingsdagen kl 07.00. Vid inställd tävling återbetalas 50% av anmälningsavgiften.

Villkor: FIS' regler. Tävlände, ledare och åskådare deltar på egen risk.

Protest: Protesttid är 15 min efter målgång i respektive klass. Kostnad 300 kronor, som återfås om protesten går igenom.

Olycksfall/sjukvård: Skoter med släde i beredskap. Sjuksköterska och fysioterapeut finns. Arvidsjaur's hälsocentral, tel 0960-575 01.

Dagsljus: Begränsat. Till dig som beräknar vara ute efter kl 15 rekommenderar vi att du tar med pannlampa.

IFK Arvidsjaur Skidor hälsar alla välkomna till skidfest!