



RÅNÄS OK
INBJUDER TILL
RÅNÄSSTAFETTEN
Nationell stafett söndagen 11 april

Klassindelning/Banlängd/Avgift

H17-	9,0 - 9,0 - 6,0 - 6,0 - 9,0 km	500 kr	D13-16	4,5 - 3,5 - 4,5 km(röd-oran-röd)	150 kr
H35-	6,8 - 5,0 - 6,8 km	270 kr	Öppen Budk	3,0 - 4,2 - 6,1 km (vit-röd-svart)	270 kr
H45-	6,0 - 4,7 - 6,0 km	270 kr			
H55-	4,9 - 3,8 - 4,9 km	270 kr			
H65-	3,7 - 3,2 - 3,7 km	270 kr			
H13-16	4,8 - 3,7 - 4,8 km(röd-oran-röd)	150 kr			
HD-12	2,9 - 2,5 - 2,9 km(gul-vit-gul)	150 kr			
D17-	6,7 - 4,8 - 6,7 km	300 kr			
D35-	4,4 - 3,5 - 4,4 km	270 kr			
D45-	4,0 - 3,5 - 4,0 km	270 kr			
D55-	3,2 - 3,2 km	180 kr			

OBS! I samtliga banlängder ingår 500 m snitsel.

Spridningsmetod förekommer i samtliga klasser utom i klasserna HD-12 samt Öppen Budkavle. I klasserna H35, H45, H55, H65, H13-16, D35, D45 och D13-16 är sträcka 2 rak. **OBS! I klasserna HD-12 och HD13-16 på sträcka 2 får det vara fler löpare, dock max 3 per lag varav den som kommer in först växlar till str 3. Vid anmälan måste antalet extralöpare anges.**

ANMÄLNINGAR

Ska vara tillhanda senast **måndag den 29 mars** på adress: Rånäs OK c/o Jonas Eriksson Seminariegränd 5A 752 28 Uppsala eller på e-post: erikssonjonas@telia.com. Bekräftelse på e-postanmälningar skickas inom två dagar. Löpare i individuella klasser anmäler sig på tävlingsdagen. Bricknummer knutet till lag och sträcka anges vid anmälan. Utländska lag betalar startavgiften på tävlingsdagen.

AVGIFTER

Anmälningsavgiften faktureras. Avgiften i de individuella klasserna är 50 kr för löpare upp till 16 år. 90 kr för övriga. OBS! Höjd startavgift i klasserna H17 och D17 till 100:-/löpare med anledning av offsettryckt karta och onlinekontroller.

EFTERANMÄLAN

Mot 50 % förhöjd avgift onsdagen den 7 april senast kl. 2000, telefon : **073-504 9795** eller e-post: erikssonjonas@telia.com

PM+STARTLISTA

Finns endast på internet www.ranasok.se.

SAMLING

Vägvisning väg 280 5 km norr Rimbo. Går att åka kollektivt från Stockholm med buss 639. Hållplats Nydal. Avstånd till TC ca:200.

STÄMPLINGS-SYSTEM

Sportident kommer att användas. Saknas bricknummer tilldelas hyrbricka à 25 kr. Brickan är därefter låst till laget och sträckan. Borttappad hyrbricka faktureras klubben med marknadspriset på brickan.

FÖRSTA START

H17 startar kl 09.30. Övriga klasser start från kl 10.00.

KARTA

Skala 1:10 000 för samtliga klasser. Ekvidistans 2,5m. Tryckt 2003. Reviderad 2009.

TERRÄNG-BESKRIVNING

Skogsmark med ett antal vägar och stigar. Svag till måttligt kuperad terräng med ett antal små höjder och mindre sankmarker. God framkomlighet. Endast ett fåtal partier med begränsad framkomlighet..

DUSCH

Tempererad dusch utomhus. TC – Dusch ca: 200m.

SERVICE

Barnpassning, miniknat, servering och OL - Specialisten finns på TC.

HUVUDFUNKTIONÄRER

Tävlingsledare :	Per Backlund	0175 - 723 19
Bitr.tävlingsledare:	Robert Johansson	0175 - 717 05
Banläggare :	Anders Ohlin	0174 - 401 16
Bitr.banl:	Robin Pousette	0174 - 400 46
	Roine Andersson	0174 - 400 46
Bankkontrollant :	Medlemmar ur Rånäs OK	
Tävlingskontrollant :	Sören Eriksson	Länna IF

BUSSAR

OBS! Uppge vid anmälan om ni kommer med stor buss