



# PM Vretaloppet 2016-02-13



## Deltävling 6 i Intersport tour de ski Östergötland

- ARENA**  
**VÄGBESKRIVNING** Vreta SoMK's konstsnöanläggning, Vretaslingan  
Följ skyltning vid Kungsbro ca 1km norr om Berg samt vid  
uppfarten till Vreta SoMK's anläggning Olstorp
- PARKERING** Följ parkeringsvaktens anvisning.
- LAGLEDARMÖTE** Utanför målvagnen. Klockan 10:00. Tävlingsjury utses.
- FÖRSTA START** 11:00  
**TEKNIK** Klassisk stil,  
Urspårregeln gäller förutom de sista 100 metrarna mot mål.
- BANOR** Lätt kuperad bana med dubbelspår.
- ÅKRIKTNING** Åkning på banan före och under tävling sker enbart i rätt  
åkriktning. För åkare som missbrukar detta blir det först en varning  
och sedan diskvalificering i enlighet med SSF's regler.
- NUMMERLAPPAR** Hämtas klubbvis utanför målvagnen. Ej återlämnad nummerlapp  
debiteras 1000 kr.
- TIDTAGNINGSCHIP** Utdelas vid starten. Ej återlämnat chip debiteras 1000 kr.
- | Klasser             | Sträcka | Antal varv | Klasser          | Sträcka | Antal varv |
|---------------------|---------|------------|------------------|---------|------------|
| KNATTE MIX (ej tid) | 500m    | 1          | D/H 7-8 (ej tid) | 1 km    | 1          |
| D/H 9-10            | 1,5 km  | 1          | D/H 11-12        | 3 km    | 1          |
| D/H 13-14           | 3 km    | 1          | D/H 15-16        | 6 km    | 2          |
| D 21                | 9 km    | 3          | H 21             | 15 km   | 5          |
| D 35                | 9 km    | 3          | H 35             | 15 km   | 5          |
| D 45                | 6 km    | 2          | H 45             | 15 km   | 5          |
| H 55                | 9 km    | 3          | H 65             | 9 km    | 3          |
- OMKLÄDNING:** I begränsad omfattning vid tävlingsplatsen samt Olstorp. Spara på  
varmvattnet. Tänk på att det är många ska duscha
- PRISUTDELNING** Knattmix i samband med målgång.  
Övriga klasser sker i omgångar. Tidpunkt anslås på resultattavlan  
och meddelas av speaker. Utlottade priser måste hämtas personligen  
vid prisutdelningen. Priser enligt SSF's rekommendationer.
- SERVERING:** I restaurangens regi. Kaffe/fika, korv, dagens lunch mm.  
Medhavd matsäck får inte ätas i restaurangen.
- VIKTIGT ATT  
TÄNKA PÅ** Allt skräp ska kastas i sopsäckar som finns på tävlingsområdet.  
Föräldrar, ledare och tävlande visar hänsyn till varandra ute på  
tävlingsbanan och hejar på alla.
- UPPLYSNINGAR:** Tävlingsledare Anders Holm 0730-435308

Vretaloppet ingår i



Tour de ski Östergötland.

Regler Tour de Ski Östergötland se ÖSF hemsida.

**VRETA SoMK**  
önskar alla lycka till