



Ljungskile Friluftsklubb

Orientering - Skidåkning - Aktivt friluftsliv



Inbjuder till

FRÄKNEFEJDEN Medeldistans

Söndagen den 18 oktober 2009

Klassindelning och banlängder

D10 2,0	D21 3,7	D60 2,1	D20M 3,0	H10 2,0	H21 5,0	H60 2,6	H20M 4,0	U1 2,0	Ö1 2,1
D12 2,9	D35 3,2	D65 2,1	D21M 3,7	H12 2,9	H35 3,7	H65 2,5	H21M 4,8	U2 2,0	Ö2 3,6
D14 2,6	D40 3,0	D70 2,0	D35M 3,0	H14 2,8	H40 3,7	H70 2,5	H35M 3,7	U3 2,9	Ö4 2,8
D16 3,2	D45 3,0	D75 2,0	D45M 2,6	H16 3,5	H45 3,7	H75 2,1	H45M 3,0	U4 2,6	Ö5 4,0
D18 3,2	D50 2,6	D80 2,0	D55M 2,1	H18 3,7	H50 3,0	H80 2,1	H55M 2,6	INSK1,6	Ö7 2,9
D20 3,2	D55 2,1	D17-20 3,2		H20 3,7	H55 3,0	H17-20 3,5			Ö8 5,0

Anmälan: Oss tillhanda senast söndagen den 11 okt på klubben online eller mail till adress: lars.nilsson@infocare.se eller tel: 0522-20694.
I samband med anmälan accepterar den tävlande att namn publiceras på Internet.

Stämplingssystem Sport ident. Hyrbricka 20:-. Förlorad bricka 250:-.

Srartavgift Vuxna (H/D 18-) 90:-, ungdomar (-16) 50:-. Avgifter debiteras i efterhand.

Efteranmälan Mot 50% förhöjd avgift senast fredagen den 16 okt. kl.18.00. Adress som ovan.

Sammanslagning Kan ske vid för få anmälda vid ordinarie anmälningstids utgång.

Samling Röd skärm (gamla E6an) S och N infarten till Ljungskile. Därifrån 1 km till Folkhögskolan/Linneaskolan.

Parkering Avstånd 300 – 1 500m. Avgift 10:-

Första start **Kl.10.30** Efteranmälda före. Till start: 1 200 m.

Karta Digitaltryck, godkänd av SOFT, skala, 1:10 000.

Terräng Måttlig till hård kupering, för ungdomsbanorna är det stigrikt.

Service Sportförsäljning (SM-sport), marketenteri, tempererad dusch inomhus.

Minikat Start 09.30 – 10.30.

Funktionärer

Tävlingsledare	Göran Berggren Tel: 0522-25349
Banläggare	Clyde Persson med banläggargrupp
Tävlingskontrollant	Palle Holmberg Tel: 0524-650764
Bankontrollant	Anders Wassblad, Vänersborgs SK

VÄLKOMNA