



# Start-PM

## Handelsbanken

### Vreta Ski Maraton

### 20/2 2016



Nummerlappar	Hämtas i Swingstudion (vid spåret) mellan kl 9-10. Nummerlappen sätts väl synligt på bröstet. Vi använder chipet i nummerlappen, ta INTE bort det. Nummerlappen återlämnas inte.
Efteranmälan	Efteranmälan på plats, i mån av plats, mellan 8:30 – 9:00. Se vretaskicenter.se för senaste info. <b>OBS, endast betalning via Swish.</b>
Vätska	Enervit sportdryck och vatten vid varvning
Starten	Masstart kl 11:00. Sker på första raksträckan efter första svängen. Vi kommer att ha fem startled och indelningen presenteras i startlistan på fredag. På startvarvet är det tillåtet att åka i alla spår till T-korsningen.
Banan	40km kör 13 x 3,1 km. Högervarv. Platt banprofil med en stigning på ca 20m mitt på varvet. 20 km kortas till 18,6 km, 6 x 3,1 km. <b>OBS, håll till höger.</b> Omkörning i vänsterspår. Banmarkeringar och banavgränsningar får inte brytas.
Regler o teknik	SSF:s regler gäller. Klassisk åkning. Deltagande sker på egen risk.
Omklädning, dusch.	<b>Herrar</b> , i ladan, både damerna och herrarnas omklädningsrum. Olstorp kommer att vara öppet för ombyte, dusch och där finns även bastu. <b>Damer</b> , i stuga 4-6. Damer, använd även stugorna för toalett.
Restaurang	Golfrestaurangen är öppen och serverar spaghetti och köttfärssås. Här finns även fika, kaffe och godis.
Vallning	Ingen vallaservice, vallas tips från Toko på vretaskicenter.se
Parkering	Följ parkeringsvakternas anvisningar. Ingen avgift.
Priser	Medalj till alla som fullföljer loppet. Prisutdelning tävlingsklass kl 14:30. Lottade priser i motionsklass anslås och hämtas i Swingstudion.
Resultat	Liveresultat på vretaskicenter.se
Kontakt	Tävlingsledare Magnus Lundberg, 0735-153700 eller <a href="mailto:magnus@mabema.se">magnus@mabema.se</a>

Varmt välkomna!