

PM Järnarullen 2019-05-25

Tävlingsledare:	Gösta Lindkvist.	070-211 02 37
TD:	Ludvig Remb.	070-372 21 32
Teknik:	Fri teknik.	
Tävlingsjury:	TD Ludvig Remb, Gösta Lindkvist, klubbrepresentant, väljs på lagledarmötet.	
Lagledarmöte:	Flygfältet Dala-Järna, kl. 10.15, gäller sprint- och distanstävling.	
Första start:	Sprint: 11.00	Distans: 15.00
Start:	Sprint: Enligt stegen	Distans: individuell, med 30 sek. intervall.
Nummerlappar:	Sprint: Vid startplatsen	Distans: Snöå skidstadion
Sjukvård:	Sjuksköterska finns på plats i området, nås på tel: 070-555 98 15, Sprint: 070-347 63 72	
Ombyte/dusch:	Snöå Herrgård ”elevhemmet”, ingång gavel, skyltat.	
Uppvärmning:	Uppvärmning får inte ske på rullskidbanan när tävling startat.	
Tävlingsbana:	Sprint: Dala-Järna flygfält Distans: Snöå skidstadion Distans på rullskidbanan: H21 åker 6*2,5 km, H17-20 åker 4*2,5 km, D21 och D17-20 åker 3*2,5 km.	
Omkörning:	Vid omkörning skall den omkörde vid anmodan hålla till höger och förhålla sig passiv för att underlätta manövern.	
Regler:	Svenska skidförbundets regler gäller.	
Hjul:	Fritt hjulval gäller. Vid blöt eller fuktig väderlek skall det köras på PU2-hjul. PU2-hjul finns att låna för den som inte har egna.	
Hjälm:	Hjälm <u>skall</u> bäras.	
Glasögon:	Skyddsglasögon <u>skall</u> bäras	

Visa hänsyn och omdöme mot varandra.

LYCKA TILL !!!!!

DALA-JÄRNA IK