

SPRINTCUPEN ÅNGERMANLAND

Deltävling
1Roligare tävlingar
får man leta efter!- tävlingsformen för dig som gillar
roliga tävlingar i sprint!**Tävlingsplats:** Skyttis IP, Start och Mål vid Stadion. **Första start:** 11:00 (Prolog H/D 7-8). Lördag 12/1-2019.**Disciplin:** Klassisk Stil**Tävlingsform:** Tävlingen börjar med en prolog (intervallstart), då åker man samma sträcka som på stafetten. Resultaten kommer inte att presenteras utan användas av tävlingsledningen för att sätta samman så jämna lag som möjligt till en parstafett. Stafetten blir mixade lag mellan klubbar och kön. Önskar man åka enbart prolog så meddelar man detta till tävlingsledningen innan start.

Ett lag utgörs av två individer inom åldersspannet 7-8, 9-10, 11-12, 13-14, 15-16 år, Motion. Varje deltagare åker två av totalt fyra delsträckor under loppet med växling efter varje delsträcka.

OBS anmälan gäller till prologen därefter sätts lagen samman av tävlingsledningen.**Klasser:**

H/D 0-6 400 m OBS Endast prolog	Mixad H/D 7-8 650 m * 4 Prolog 650 m
Mixad H/D 9-10 650 m * 4 Prolog 650 m	Mixad H/D 11-12 650 m * 4 Prolog 650 m
Mixad H/D 13-14 1400 m * 4 Prolog 1400 m	Mixad H/D 15-16 1400 m * 4 Prolog 1400 m
Mixad H/D Motion 1400 m * 4 Prolog 1400 m	

Bansträckning: Anslås anslagstavlan ute på Skyttis IP under tävlingsdagen.**Anmälan:** IdrottOnline senast 2019-01-09 eller på Skyttis IP, tävlingsdagen senast 10:15.**Startlistor:** Anslås anslagstavlan ute på tävlingsdagen.**Nummerlappar:** Hämtas på Tävlingsexpeditionen från 10:00 på tävlingsdagen.**Köldgräns:** -15 grader. Temperatur skidvalla.nu. Beslut om ev. inställd tävling 08:30.**Servering:** Fika till alla tävlande. Hamburgare finns till försäljning.**Startavgift:** Gratis. (Ej återlämnade chip och nummerlappar debiteras)