

SKOKLOSTERRULLEN

Söndag 3 september 2017



Välkommen till Skoklosterrullen - en rullskidtävling i klassisk stil med start och mål vid Skokloster slott.

KLASSER, BANLÄNGD & HJUL

Alla klasser åker i klassisk stil med gummihjul (2:or eller långsammare) och Elpex PU 2

| | | | |
|------------------|------|-------------------|---|
| H/D 11-12 | 6 km | H/D 17-20 | 17 km (1 varv) |
| H/D 13-14 | 6 km | H/D 21- | 51 km (3 varv) |
| H/D 15-16 | 6 km | H/D Motion | 51 km, 34 km, 17 km (3, 2 eller 1 varv) |

ANMÄLAN

Via tävlingskalender i IdrottOnline senast torsdag 31 augusti. Betalning till BG 786 - 7799 eller till Swish 123 601 83 25 (Bålsta Skidklubb), ange namn och klass/varv. Vid inställd tävling återbetalas hela summan.

Anmälningsavgift

| | |
|---------------|-------|
| Ungdom (6km) | 80:- |
| Junior (17km) | 150:- |
| Senior (51km) | 300:- |
| Senior (34km) | 200:- |
| Senior (17km) | 150:- |

EFTERANMÄLAN

Kan göras direkt på plats mot förhöjd avgift á 100:- mellan kl 08.30 - 10.00.

NUMMERLAPPAR

Hämtas mellan kl 08.30 - 10.00 i anslutning till start och mål. Lämnas tillbaka vid målgång. Ej återlämnad nummerlapp debiteras med 500:-.

BANAN

Banan, där ett varv mäter 17 km, går längs natursköna Skoklostervägen och Slottsskogsleden. Det bjuds på snälla utförsbackar och några tyngre stigningar. Se hela banan och banprofil på <https://www.plotaroute.com/route/246555>.

BANMARKERING

Skyltar och eventuellt sprayfärg på asfalt kommer att användas för att markera kurvor, ev. dålig asfalt, bergspris m.m.

SEEDNING OCH LÅNESKIDOR

Endast i H/D 21, baseras på resultat från Rullskidgalejet, Alliansloppet, Vasaloppet samt www.skidresultat.se. Resultat från andra tävlingar kan också användas. Ange i samband med anmälan via e-post till balsta.skidklubb@gmail.com resultat samt att du vill seedas.

Seedade åkare måste åka på låneskidor. Leverantör presenteras senare.

STARTLISTOR

Publiceras på www.balstask.se 2 september samt finns i startområdet.

RESULTAT

Publiceras på www.balstask.se snarast möjligt efter siste deltagares målgång.

TÄVLINGSREGLER

Deltagande sker på egen risk. Hjälms och glasögon/ögonskydd är obligatoriska. Banan går på allmän väg och gällande trafikregler måste därav följas - håll höger. Klassisk åkstil. Banan är skyltad och även markerad på asfalten. Det kommer att finnas banvakter vid korsningar. Svenska skidförbundets regler gäller.

ORDNINGSREGLER

Alla deltagare uppmanas att visa hänsyn till varandra. Långsamma åkare skall hålla till höger för att underlätta för snabbare åkare att passera till vänster. Banan går på allmän väg och gällande trafikregler måste därav följas - håll höger. Följ banvakternas anvisningar och iaktta stor försiktighet vid vägkorsning. Sakta ner i god tid innan kurvor. Ta det lugnt vid varvning och målgång. Täten kommer att följas av fordon.

Om en olycka inträffar vänligen stanna och kontrollera om den skadade klarar sig själv eller behöver hjälp. Meddela närmaste funktionär utefter banan. Vid akut behov ring 112. Behövs omplåstring ring till tävlingsledningen på 0733-208393.

Signalfärgad tröja (signalgul eller orange) rekommenderas. Nummerlapp ska vara synlig både bak och fram (vätskeryggsäck bärs under nummerlappen).

UTRUSTNING

Endast gummihjul (2:or eller långsammare) och Elpex PU 2 är tillåtet. Varje skida måste ha minst ett hjul med backspärr. Varje deltagare ansvarar själv för service/lagning av rullskidor och övrig utrustning. Det är tillåtet att ta emot verktyg och reservdelar. Kontrollera utrustningen innan start!

TIDTAGNING

Ambitionen är att tidtagning kommer att ske med chip. I annat fall sker tidtagning med stoppur. Mellantider tas vid bergspris (endast för topp tre) och varvning. Kamera kan komma att användas vid bergspris samt målgång.

VÄTSKA

Sportdryck, vatten och banan finns vid ca 10km, vid varvning samt målgång.

MAXTID

Deltagare som åker 51km måste passera andra varvning inom tre timmar. Deltagare kan fortsätta "på eget bevåg" efter det, dock utan nummerlapp och utom tävlan.

PRISER OCH PRISUTDELNING

Priser till alla i ungdoms- och juniorklasser, medalj till topp tre i alla klasser. Prisutdelning för ungdomar respektive juniorer när siste deltagare i respektive klass kommit i mål. Prisutdelning för H/D 21 kommer att ske ca 30 min efter att topp tre i varje klass gått i mål. Utlottnings av priser till deltagare i tävlings- och motionsklassen, pris fås vid målgång.

BERGSPRIS

Vid varje varv efter ca 11km kommer en tyngre stigning. Ett bergspris i form av en fin pokal kommer att ges till bästa bergsbestigaren. Vid varje varv får de tre första som passerar 5, 3 respektive 1 poäng. Den med flest poäng får bergspriset i samband med prisutdelningen. Om flera deltagare har samma poäng ges priset till den som är först i mål.

LAGPRIS

Ett lagpris delas ut bland de klubbar som har minst tre deltagare. De tre snabbaste åktiderna räknas ihop. Priset delas ut i samband med prisutdelningen.

BRYTA

Deltagare som bryter loppet skall omgående meddela arrangören. Nummerlapp återlämnas vid målet.

SJUKVÅRD

Utbildad sjukvårdspersonal kommer att finnas på plats.

UPPVÄRMNING

Görs med fördel kring start- och målområdet.

PARKERING

Finns i anslutning till Skokloster slott och Skoklostermacken.

DUSCH, OMKLÄDNING OCH TOALETT

Toalett finns i Skoklostermacken. Ambitionen finns att ordna dusch- och omklädningsmöjlighet i närbelägen skola.

SERVERING

Skoklostermacken erbjuder ett fullgott utbud med kaffe, dryck, smörgas, varm mat m.m.

Välkommen!



***Bålsta
skidklubb***

SNÖ & TÖ
MOTION- OCH TRÄNINGSSPECIALISTEN