



"Light"



## PM Kraftloppet Light 2021

På grund av pågående pandemi ber vi alla tänka på att hålla avstånd till varandra. Stanna hemma om du inte känner dig helt frisk. Håll god handhygien, det kommer finnas handsprit utplacerat på flera platser kring arenan. Om deltagare i efterhand fått bekräftad covid-19 skall detta hanteras enligt FHM's rekommendationer och rapporteras till arrangören.

**Startkuvert** med nummerlappar, "pinne" för växling och tidtagning och övrig information hämtas ut på Arena Grosvad från kl.13.

**Laguppställning** lämnas in i samband med uthämtning av startkuvert. **Nummerlapp** ska bäras väl synlig på bröstet med rätt sträcknummer av varje enskild löpare.

**Banan** markeras med vita linjer och pilar på marken, med små rödsvarta eller svarta flaggor nedstuckna i marken eller med rödsvarta plastband. På vår hemsida finns kartor för varje enskild sträcka och en kortfattad beskrivning av varje enskild sträcka. Skyltar och funktionär finns där de olika sträckorna delar på sig.

### Sträcklängder

1. 5,2 km
2. 2,9 km
3. 1,3 km
4. 2,9 km
5. 4,3 km

**Start** gemensamt för alla klasser kl.14:00

**Tidtagning** sker med hjälp av växlingspinne (standardtyp som används vid orienteringstävlingar) som finns i ert startkuvert. Pinnen får inte bytas med annat lag under loppet och ska återlämnas till arrangören vid målgång. Ej återlämnad växlingspinne debiteras med 400 kronor i efterhand.

**Växling** sker vid målet på alla sträckor. Inkommande löpare skall stämpla med växlingspinnen i en stämpingsenhet, där ett pip bekräftar korrekt stämpling. Därefter överlämnas pinnen till nästa sträckas löpare. Om samma löpare springer två sträckor på raken ska ändå pinnen stämplas så ett pip hörs. Det finns en växlingsfälla för sträcka 1-4 och en separat målfälla för sträcka 5. Uppdelning sker 50-100 meter före växling/mål. Det är viktigt och inkommande löpares ansvar att välja rätt fälla, skyltar finns i början av varje fälla.

**Första hjälpen** Röda Korset finns på plats under tävling i närheten av växlings/målområdet.

**Parkering** finns i anslutning till Arena Grosvad.

**Omklädnings och dusch** finns ej pga. rådande restriktioner. Kom ombytt till tävlingen och dusch hemma efteråt.

**Resultat** anslås på anslagstavla under tävlingen och efter tävlingen på vår hemsida [www.kraftloppet.se](http://www.kraftloppet.se).

**Prisutdelning** Pokal till segrande lag i respektive klass direkt efter målgång.

**Tävlingsledare för Kraftloppet** Robert Skoog, mobil 070 – 602 40 35.