



SANKT OLOFS RÄNNET

Lördag 28 januari 2017

Selånger SOK inbjuder till Sankt Olofs Rännet i fri stil med individuell start.

Tävlingen är distriktsmästerskap för seniorer inom Medelpads Skidförbund.

TID: Första start kl. 11:00

TÄVLINGSPLATS: Hulistugan, Göteborgsvägen 57, Västra Granloholm

PARKERING: Av parkeringsvakter anvisade platser. Avgift 20 kr.

TEKNIK: Intervallstart, Fri stil

KLASSER: Distriktsmästerskap seniorer
10 km H21, 35, 45, 55, 65. D21, 35, 45, 55, 65

Barn, ungdom och motion (Ej DM)

10 km H/D Motion

10 km H 17-20

5.0 km D 17-20, H 16, D 16, H 15, D 15

2.5 km H 14, D 14, H 13, D 13, H 12, D 12, H 11, D 11

1.5 km H 10, D 10, H 9, D 9

0.8 km H 8, D 8 (ingen tidtagning)

ANMÄLAN: Skall vara Selånger SOK tillhanda senast tisdag 24 januari och skall göras via IdrottOnline, alternativt via e-post anmalan@selangersok.y.se.

Vid efteranmälan, senast kl. 10:30 tävlingsdagen, tillkommer 50 % på anmälningsavgiften.

*Anmälda förutsätts lämna sitt samtycke till att vara med i start- och resultatlista på vår hemsida om inget annat anges i samband med anmälan.
Vid inställd tävling återbetalas halva anmälningsavgiften.*

STARTAVGIFT: Ungdomar H/D - 8 60 kr per deltagare
Ungdomar H/D 9 - 16 120 kr per deltagare
Juniorer H/D (17-20) 180:- per deltagare
H/D 21- ,motion 180:- per deltagare

Avgiften faktureras i efterhand till klubbarna eller betalas in till bankgiro 5560-1306 eller via Swish 1235526223. Märk betalning med namn och klass.

STARTLISTA: PM och startlista finns på vår hemsida www.selangersok.y.se

TÄVLINGSREGLER: Svenska Skidförbundets gäller. Arrangören fritar sig från eventuella ersättningsanspråk från tävlande, ledare och publik.

UPPLYSNINGAR: Andreas Berglund, , andreas.p.berglund@gmail.com

**Välkomna till det traditionsfyllda Sankt Olofs Rännet!
Selånger SOK**