



FRÖLUNDA OL
inbjuder till
FOLSKUBBET
nationell tävling.
Söndagen 5 april 2009



Ungdomsklasser

H10	2,5 km	vit
H12	3 km	gul
H12B	3 km	vit
H14	4 km	orange
H14B	4 km	gul
H16	5 km	violett
H16B	5 km	orange
D10	2,5 km	vit
D12	3 km	gul
D12B	3 km	vit
D14	3,5 km	orange
D14B	3,5 km	gul
D16	4 km	violett
D16B	4 km	orange
Inskoln.	2,5 km	grön
U1	2,0 km	grön
U2	2,5 km	vit
U3	3,0 km	gul
U4	3,5 km	orange

Huvudklasser och motionsklasser

H18L	7,0 km	D18L	4,7 km
H18	5,7 km	D18	4,0 km
H20L	8,9 km	D20L	5,2 km
H20	6,0 km	D20	4,0 km
H20M	6,5 km	D20M	4,0 km
H21L	11,6 km	D21L	6,2 km
H21	7,2 km	D21	4,5 km
H21M	7,0 km	D21M	4,5 km
H35	7,0 km	D35	4,5 km
H35M	6,5 km	D35M	4,0 km
H40	6,5 km	D40	4,0 km
H45	6,0 km	D45	4,0 km
H45M	5,5 km	D45M	3,5 km
H50	5,5 km	D50	3,5 km
H55	5,0 km	D55	3,5 km
H55M	4,5 km	D55M	3,0 km
H60	4,5 km	D60	3,5 km
H65	4,0 km	D65	3,0 km
H70	4,0 km	D70	2,5 km
H75	3,0 km	D75	2,5 km
H80	2,5 km	D80	2,0 km

Öppna klasser

Öppen 1	2,5 km	vit
Öppen 2	3,5 km	gul
Öppen 3	5,0 km	gul
Öppen 4	3,0 km	orange
Öppen 5	4,0 km	röd
Öppen 6	5,5 km	violett
Öppen 7	3,0 km	blå
Öppen 8	5,0 km	svart
Öppen 9	7,0 km	svart

OBS! Vi erbjuder B-klasser för flera ungdomsklasser i ett försök att tillsammans med SOFTs och GOFs tekniska kommittéer utvärdera klassindelningssystemen. B-klasserna kommer att vara en nivå lättare enligt ovan, men i övrigt följa ordinarie tävlingsklass vad gäller lottad start, resultatlista och prisutdelning.

- Stämpl.system: Sportident. Behov av hyrbricka anges i anmälan, löpare utan briccknummer tilldelas automatiskt hyrbricka.
- Anmälan: Via KLUBBEN-ON-LINE senast 27 mars 24.00, därefter efteranmälan mot 50% förhöjd anmälningsavgift fram till 3 april kl. 24.00 Anmälan och efteranmälan kan i undantagsfall göras via mail till: folskubbet@frolundaol.se
- Startlista: Kommer att publiceras på vår hemsida: www.frolundaol.se.
- Samling: Gatersered, Spårhagavägen, Vägvisning från E6 i Lindome (avfart nr 62).
- Parkering: På hårt underlag. P-TC max 500 m. P-avgift 10:-
- Start: 550m. Första ordinarie start: 10.30. Efteranmälda startar före. M-, U- och Ö- klasser har fri starttid mellan 10.30 och 12.00.
- Karta: Årekärr-Labacka, nyreviderad 2006 av Christer Carlsson och Maths Carlsson. Skala 1:15 000 för klasserna H/D16 – 21 och 1:10 000 för H/D16B och övriga klasser.
- Terr. beskr.: Terräng: Skogsmark med ett mindre antal vägar och stigar. Mindre sjöar, öppna och beväxna sankmarker förekommer.
Kupering: Måttligt kuperad terräng. På de längre banorna finns några mindre höjdparter. Terrängen är i huvudsak småkullig.
Framkomlighet: Delvis begränsad framkomlighet.
- Service: Servering, Omklädning - Vardusch, Barnpassning från 10.00, Sportförsäljning SM Sport, Miniknat från 10.00
- Priser: Fina priser från våra sponsorer med ett extra fokus på alla ungdomsklasser, av vilka flera kommer tävla om presentkort från SMsport.
- Tävlingsledare: Peter Hammersberg, 0761-191453
Banläggare: Magne Hagström, 0300-72641
Upplysningar: www.frolundaol.se eller tävlingsledningen.