



PM

för

Ruddalsloppet 2010-10-03



Rev. B

Varmt välkomna till medeldistanstävling i Ruddalen !

Samling: Slottsbergsskolan V:a Frölunda. Vägvisning från Västerleden Tynneredsmotet vid Frölunda Torg (se karta sist i PM).

Kollektivtrafik: Buss- och spårvagnshållplats Frölunda Torg www.vasttrafik.se

Parkering: I nära anslutning till TC finns en betalparkering med ca 100 platser till ordinarie taxa. För övriga parkeringsytor följ funktionärers anvisning till godkända asfaltsytor inom Grimmereds Industriområde Avgift 10:- Avstånd P-TC 500-1200 m

Start Samtliga klasser avstånd 50 m

U-klasser, inskolning och öppna klasser har fri starttid mellan 10.30 - 12.30 och startar med startstämpling. Sen start tillåts upp till 30 min efter ordinarie starttid.

Startlista: Finns på Arena, vid start och på www.frolundaol.se

Öppna klasser: Försäljning kl. 10:00 – 12:15. Start 10:30 – 12:30.

Inskolning	2,0 km grön, mycket lätt med glada och ledsna gubbar
Öppen 1	2,3 km vit, mycket lätt
Öppen 2	3,1 km gul, lätt
Öppen 4	3,3 km orange, lätt till medelsvår
Öppen 5	4,0 km röd, medelsvår
Öppen 7	3,1 km blå, svår
Öppen 8	4,6 km svart, svår

Nummerlappar: Då tävlingen utgör sista etappen av GOF's ungdomsserie vill vi sätta våra ungdomar i fokus varför klasserna H/D 16, H/D 14 bär nummerlapp. Självserving vid starten.

Stämplingssystem: Sportident. Anmälda utan SI-bricka kommer att tilldelas en hyrbricka. Dessa hämtas vid sekretariatet på Arenan. Hyra 25 kr/bricka. Borttappad bricka debiteras! Stiftklämmor i händelse av att Sportident inte fungerar. Stämpla i reservruta på kartan och visa upp vid målgång.

Karta: Utsnitt ur Ruddalen-Påvelund reviderad 2006 av Ulf Bäckström, skala 1:10000, **skala 1:7500 för klasser över 60 år.**

Miniknat: I anslutning till Arena. Start 11:00 – 12.30. Kostnad 20:-

RunOway: Vi hoppas ni lägger upp era vägval på <http://www.obasen.nu/runoway/>. Det är roligt, nyttigt och intressant!

Kontrollmarkering: Orange/vit skärm. Kontroller sitter bitvis **mycket** tätt – kontrollera kodsiffra och definition.

Service på Arena: Viltrapportering, barnpassning, dusch inomhus vid Arena, servering, sjukvård.

Priser: Preliminära tider för prisutdelning och antal priser per klass finns anslaget vid resultattavlan på Arenan.

