



Tävlings-PM

Gjutarens Sommarspel

Äntligen är det dags för den första rullskidtävlingen på Ormberget någonsin!

Tävlingsplats/Datum

Söndagen 30 juni. Multibanan Ormberget. Start och mål på Ormbergets skidstadion.

Nummerlappar/chip

Nummerlappar och chip hämtas vid stadionlokalen på Ormberget. Alla åker med lånechip (OBS: ändrat jämfört med inbjudan).

Teknik

Klassisk stil. Intervallstart.

Bana

Fyra varv på elitspårsgården av multibanan.

[https://www.luleagjutaren.se/docs/1597/43592/Gjutarens%20Sommarspel%202024\(1\).pdf](https://www.luleagjutaren.se/docs/1597/43592/Gjutarens%20Sommarspel%202024(1).pdf)

Klasser

D17: 10 km

H17: 10 km

Tider:

10:00: D17 (12 åkare)

10:45: D17 (6 åkare)

10:55: H17 (5 åkare)

11:30: H17 (11 åkare)

Provkörning/uppvärmning

Medtag egna rullskidor för uppvärmning, eftersom tävlingsrullen inte kommer att finnas tillgängliga hela tiden. Tävlingsbanan är öppet till och med 09:55, samt under korta uppehåll mellan startgrupperna. Övrig tid värmer åkarna upp på uppvärmningsslingan på den södra delen av multibanan.

Regler

Enligt Svenska Skidförbundets nationella regler. Stavar med racetrugor för rullskidåkning rekommenderas, men är inget krav i denna tävling.

Rullskidor

Lånerullskidor från **Ski Go**. Det kommer att finnas möjlighet att testa skidorna från klockan 09:00. Bindning NNN. Vi har tillgång till 15 par och därför delas deltagarna upp i tre startgrupper. Åkarna lämnar ifrån sig rullskidorna direkt efter målgång. Om vi alla hjälps åt kommer alla att få skidor i god tid före start. Målet är att alla åkare ska ha tillgång till sina rullskidor 15 minuter före sin start.

Prisutdelning

När alla gått i mål, preliminärt 12:10. Utlovningspriser från **Ski Go**.

Servering

Fika.

Dusch/ombyte

Möjlighet till dusch finns i omklädningsrummet i restaurangbyggnaden på Ormberget.

Upplysningar

Jens Kärrman, 070-160 47 89

Åkarmöte

Klockan 09:00 på tävlingsdagen på stadion.

Startlistor/ Resultat

Kommer att finnas på anslagstavlan utanför tävlingsexpedition samt på luleagjuraren.se.

Resultaten kan följas på live.skidor.com. Startlistorna lottas.

Varmt välkomna hälsar Luleå Gjutarens IF.