

**Ockelbo OK inbjuder till
DM i medeldistans lördagen den 2 september
samt DM i stafett söndagen den 3 september 2006,
för Gästrikland och Hälsingland.**

Anmälan: Till medeldistansen endast via klubben-online, senast måndag 21 augusti. Sänd laguppställningar till stafetten till info@ockelbook.se eller via post till: Ockelbo OK, Ulvsta 3083, 816 94 Ockelbo. Använd anmälningsblanketten som finns på vår hemsida.



**Avgifter lördag
Gästrikland:**

Ungdomsklasser, 10-16 år	35 kr
Övriga DM-klasser	80 kr
U- och Inskolningsklasser	35 kr
Öppen klass -16 år	35 kr
Öppen klass 17- år	80 kr

**Avgifter lördag
Hälsingland:**

Ungdomsklasser, 10-16 år inkl medaljavgift	47 kr
Övriga DM-klasser inkl medaljavgift	92 kr
U- och Inskolningsklasser	35 kr
Öppen klass -16 år	35 kr
Öppen klass 17- år	80 kr

**Avgifter söndag
Gästrikland:**

Ungdomsklasser, 10-12 år	70 kr
Ungdomsklasser, 13-16 år	105 kr
Övriga DM-klasser	240 kr
Öppen klass -16 år	35 kr
Öppen klass 17- år	80 kr

**Avgifter söndag
Hälsingland:**

Ungdomsklasser, 10-12 år	94 kr
Ungdomsklasser, 13-16 år	141 kr
Övriga DM-klasser	276 kr
Öppen klass -16 år	35 kr
Öppen klass 17- år	80 kr

Efteranmälan: Endast via klubben-on-line för medeldistansen, senast tisdagen 29 augusti mot 50 % tillägg på anmälningsavgiften. Laguppställning sänds till info@ockelbook.se eller via post, se Anmälan.

Samling: Vägvisning från skärm efter väg 272, därifrån ca 10 km till TC vid Gammelfäbodarna väster om Ockelbo. P till TC max 1000 m. P-avg 20 kr/bil, 50 kr/buss.

Karta: 1:10 000, rev och tryckt 2006, ekvidistans 5 m, för alla klasser båda dagarna.

Terräng: Skogsmark med inslag av vägar, stigar samt sankmarker i normal omfattning. De längre banorna kommer in i ett delvis stenbundet område där stigar och vägar förekommer i liten omfattning.

De kortare banorna springer i en svag-måttlig kuperad terräng. De längre banorna berörs av en bäckravin samt kommer in i starkt kuperad terräng i form av ett större höjdparti, med detaljrik terräng och branta sluttningar.

Framkomligheten är mestadels god. Ett område med mycket god framkomlighet i form av hedterräng finns. Partier med tät skog finns redovisade på kartan. Avverkning har skett i området som begränsar framkomligheten.

Start lördag:	På lördag är första ordinarie start 10.00 för Gästrikland samt 11.00 för Hälsingland efteranmälda startar före. Max avstånd TC-Start 1200 m. Startstämpling med fri starttid tillämpas för öppna banor. Öppna banor får starta mellan 10.00 och 11.30.
Start söndag:	På söndag är första ordinarie start 09.30. Starten är belägen vid TC. För öppna banor max 200 m till start. Startstämpling med fri starttid tillämpas för öppna banor. Öppna banor får starta mellan 10.00 och 11.00
Stämpling:	SportIdent. De som ej meddelat briccknummer i anmälan tilldelas hyrbricka, kostnad 25 kr. Ej återlämnad bricka debiteras med 250 kr.
Service:	Miniknat från kl. 9.00 på lördagen. Marketenteri och varmdusch IP-skogen båda dagarna. Toaletter finns vid TC samt vid startplatsen.
Priser:	I DM-klasser utdelas medaljer enligt respektive OF:s regler, dessutom hederspriser i klasserna HD 10-16 samt U- och Inskolningsklasser. Inga priser i Öppna klasser.
Tävlingsregler:	SOFT:s
Tävl. ledare:	Kerstin Alneberg Stensson tel 0297-42454
Banläggare:	Bengt A Persson tel 0278-19433 Fredrik Persson tel 0297-42544
Tävl.kontroll:	Bosse Andersson tel 026-131966
Bankkontroll:	Karl Erik Engblom tel 026-651365
Tävlingsjury:	Bo Sundqvist, Lars-Ove Skogh, Bo Andersson

Klasser och banlängder DM medeldistans

Huvudklasser:

Inskolningsklass 2,0 km (även direktanm.)

U1	2,0 km	(även direktanm.)
U2	2,1 km	(även direktanm.)
U3	2,5 km	(även direktanm.)
U4	2,6 km	(även direktanm.)
D10	2,1 km	H10 2,1 km
D12	2,5 km	H12 2,5 km
D14	2,6 km	H14 3,0 km
D16	3,0 km	H16 3,7 km
D18	2,7 km	H18 3,7 km
D20	3,0 km	H20 3,7 km
D21	3,7 km	H21 4,7 km
D35	3,0 km	H35 3,7 km
D40	3,0 km	H40 3,7 km
D45	2,6 km	H45 3,7 km
D50	2,6 km	H50 3,4 km
D55	2,2 km	H55 3,0 km
D60	2,2 km	H60 2,7 km
D65	2,1 km	H65 2,6 km
D70	2,1 km	H70 2,6 km
		H75 2,1 km

Klasser och banlängder DM stafett

Gästrikland:

H190	3,2	2,2	3,2
H55	3,9	2,6	3,9
H45	5,2	3,7	5,2
H35	6,3	3,9	6,3
H21	8,2	8,2	8,2
H20	5,2	5,2	5,2
H16	3,5	2,4	3,5
H12	2,3	2,3	
HD10	2,1	2,1	
D175	3,2	2,2	3,2
D145	3,2	2,2	3,2
D35	3,9	2,6	3,9
D21	4,6	4,6	4,6
D20	3,9	3,9	3,9
D16	3,2	2,4	3,2
D12	2,3	2,3	

Hälsingland:

H180	3,2	2,2	3,2
H150	5,2	3,7	5,2
H21	8,2	8,2	8,2
H16	3,5	3,5	
H12	2,3	2,3	
H10	2,1	2,1	
D150	3,2	2,2	3,2
D120	3,9	2,6	3,9
D21	4,6	4,6	4,6
D16	3,2	3,2	
D12	2,3	2,3	
D10	2,1	2,1	

HD16 har 2 gafflade sträckor.

Mixad HD10 klass. I HD16 får 1-3 löpare delta på mittensträckan, bästa tiden räknas.

Öppna klasser (direktanmälan):

Ö1	2,1 km	lätt	(vit)
Ö4	3,0 km	medel	(orange)
Ö7	2,6 km	svår	(blå)
Ö8	4,7 km	svår	(svart)

Öppna klasser (direktanmälan):

Ö1	2,0 km	lätt	(vit)
Ö4	3,3 km	medel	(orange)
Ö8	5,2 km	svår	(svart)

HD 10, HD 12 har raka sträckor, HD20, HD 21 är alla sträckor gafflade, för övriga klasser är sträckor 1 och 3 gafflade. För alla klasser med 3 sträckor utom HD20-HD21 är mellansträckan av motionskaraktär samt ca 30% kortare.

Välkomna!
Ockelbo OK