Raahen Rautahiihdot 31.12.2017

 Kilpailuohje

Kisakanslia hiihtomajalla avoinna klo 9. Numerolaput noudettavissa urheilijakohtaisesti. Palauttamattomasta numeroliivistä veloitamme 30 €.

Tuomarineuvosto kokoontuu tulospalvelurakennuksessa klo 10.30

Kilpailu suoritetaan väliaikalähdöllä.

Käytössä ovat 4, 3, 2 ja 1 km radat. Ladut on merkitty opastein ja latukartat ovat nähtävillä ilmoitustaululla.

Sarjat ja matkat:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| N 8 | 1km | M8 | 1km |
| N 10 | 2km | M10 | 2km |
| N 12 | 3km | M12 | 3km |
| N 14 | 3km | M14-16 | 3+2=5km |
| N 16-20, N, N35 | 3+2=5km |  M40-60 | 3+2=5km |
| N 45 | 4km | M | 5x3=15km |
|  |  | M 18-20, M35 | 3x3=~10km |

 M65-70 4km

Verryttely kilpailijoita häiritsemättä kilpailuladuilla. Suksentestaus merkityllä alueella.

Yleinen voitelutila punaisessa varastorakennuksessa pulkkamäen ja grillikatoksen vieressä.

Pukeutumis- ja peseytymistilat hiihtomajalla.

Palkintojen jako hiihtomajalla tulosten varmistuttua.

Ensiapu hiihtomajalla.