



**SVENSKA
SKIDFÖRBUNDET**[®]
SWEDISH SKI ASSOCIATION

TÄVLINGS-PM

FSEC seniorer, Bauhaus Cup juniorer 8-10/3 2024

ARRANGÖR: Östersunds SK
TÄVLINGSPLATS: Östersunds Skidstadion , Stadionvägen 9

TÄVLINGS PM

Detta PM innehåller all information för alla tre dagar. Alla uppdateringar sker dock via hemsidan: [Ford Smart Energy Cup + BAUHAUS Cup Östersund \(ostersundssk.se\)](https://ostersundssk.se)

TÄVLINGSPROGRAM

Fredag 8/3 SPRINT KLASSISK STIL 1,4 KM.

Första start prolog: kl. 08.30

Startordning prolog enligt nedan:

Herrar 21

Damer 21

Damer 17–18

Damer 19–20

Herrar 17–18

Herrar 19–20

Heat selection för seniorer: Bakom målet, tid ca. **09.45**. Info från speaker om ev. ändrad tid.

Kvartsfinaler start kl. 11.00, 13.00, 14.50

Blomstercermoni efter varje final för seniorer.

Lördag 9/3 DISTRIKTSSTAFETT KLASSISK TEKNIK juniorer

Start kl. 13.00

MIXSTAFETT KLASSISK TEKNIK seniorer

Start kl. 14.00

5 km – 2,5 km – 5 km

D – H – H

Damer kan ersätta herrar men ej tvärtom.

Sista målgång beräknas till ca. 14.45



**SVENSKA
SKIDFÖRBUNDET**[®]
SWEDISH SKI ASSOCIATION

Söndag 10/3 MASSTART FRI STIL

Damer och Herrar 17–20: 15 km

Damer och Herrar 21: 20 km

Startordning enligt nedan:

Damer 17 – 18 kl. 09.00

Damer 19 – 20 kl. 10.10

Herrar 17 – 18 kl. 11.05

Herrar 19 – 20 kl. 12.10

Herrar 21 kl. 13.00

Damer 21 kl. 14.20

Sista målgång beräknas till ca. 15.30

Startlistor publiceras efter lagledarmöte varje kväll.

BANOR OCH SPÅR

Bankartor och spårprofiler finns på hemsidan [Ford Smart Energy Cup + BAUHAUS Cup Östersund \(ostersundssk.se\)](http://Ford Smart Energy Cup + BAUHAUS Cup Östersund (ostersundssk.se)).

Information om var och hur uppvärmning, testning får ske lämnas på lagledarmöte.

Banorna stängs för träning 5 min före första start alla dagarna.

Ambulerande teknikkontrollanter utefter banan.

Banan är öppen för träning:

Torsdag kl. 08.00 - 15.00 + 17.00 - 21.00

Fredag kl. 07.00 – 08.20 + 16.00 - 21.00

Lördag kl. 09.00 - 12.50 + 18.00 - 21.00

Söndag kl. 07.00 - 08.50

OFFICIELL TRÄNING

Se också banornas öppettider för träning ovan, under rubriken ”Banor och Spår”.

Torsdag 7/3: Officiell träning kl. 15-17 sprintbana.

Fredag 8/3 Ingen officiell träning men banan görs iordning inför lördagens stafett.

Lördag 9/3 Officiell träning kl. 17.00-18.00

FLUORKONTROLL

Fluorkontroll kommer att ske. Info på resp. lagledarmöte (kl. 18.00 torsdag, fredag och lördag). Skidmärkningslappar ska sitta på skidorna. Fås i nummerlappspåsen.



**SVENSKA
SKIDFÖRBUNDET**
SWEDISH SKI ASSOCIATION

TÄVLINGSSEKRETARIAT

Tävlingssekretariat finns på sekretariatets övervåning på skidstadion.

Öppettider:

Onsdag 6/3: 14.00-20.00

Torsdag 7/3: 08.00-17.00

Fredag 8/3: 07.00 - 16.00

Lördag 9/3: 10.30 - 16.00

Söndag 10/3: 07.00 - avslutad tävling

NUMMERLAPPAR

Hämtas ut per klubb i sekretariatets övre våning, på morgonen resp. tävlingsdag.

Ej återlämnad nummerlapp debiteras klubben med 500 kr.

Till sprintheat skall bennummerlapp användas, klistras på **vänster** ben (görs inne, för att det ska fästa).

STRYKNINGAR

Vid lagledarmötets start eller via mail till tävlingssekreterare: ostersundssk@gmail.com

CHIP

Personliga chip används vid samtliga tävlingar.

Chip finns att hyra för 150 kr/dag, för de som glömt sitt egna chip hemma.

LAGLEDARMÖTEN

Lagledarmöte hålls torsdag, fredag och lördag kl. 18.00 digitalt via webbsändning, Teams.

Länk till lagledarmöten finns på: [Ford Smart Energy Cup + BAUHAUS Cup Östersund](https://ford-smart-energy-cup.com)
(ostersundssk.se) under lagledarmöten.

START OCH RESULTATLISTOR

All publicering av start- och resultatlistor under tävlingsdagarna kommer vara digital. Du hittar dem på tävlingens hemsida och de läggs ut på Tävlingskalendern.

Liveresultat finns på <http://live.skidor.com/>



**SVENSKA
SKIDFÖRBUNDET®**
SWEDISH SKI ASSOCIATION

VALLABODAR

Nycklar till vallabodar hämtas i tävlingssekretariatet, se öppettider ovan.

Om inte avgiften är betald, så gäller betalning på plats i sekretariatet för att få tillgång till vallaboden. Ett parkeringstillstånd erhålls till varje bod.

Ni som kommer med vallabussar har uppställningsplats i anslutning till vallabodar.

Se skyltning i vallabyn.

Återlämning av vallabodsnyckel skall ske i vallabyn till "Janken", efter avsyning av boden. Om nyckel inte återlämnas faktureras 1 000: - i efterhand.

Ej städad vallabod faktureras med 2 000: - i efterhand.

DRICKALANGNING, STAVLANGNING OCH COACHING EFTER TÄVLINGSBANAN

Inga speciella restriktioner för dricka och stavlangning samt coaching förutom vid tv-kamerorna. Info på lagledarmötena. Lämna också fri sikt vid filmning för teknikkontroller. Visa hänsyn till varandra och följ funktionärernas uppmaningar om något uppstår.

ÖVERDRAGSKLÄDER

Överdragskläder lämnas i startområdet.

SJUKVÅRD

Ambulerande läkare finns. Vid behov kontakta sekretariatet. Vid akuta fall ring 112.

TOALETTER

I omklädningsrum Mediahuset, utanför sekretariatet mot parkering samt 2st. inne i fiket/sekretariatet.

OMKLÄDNINGSRUM

Mediahusets bottenvåning. Stora byggnaden bredvid skjutvallen.

ATHLETE LOUNGE/ÅKAR-LOUNGE

Nedre våning i tornhuset (gamla sekretariatet).

PARKERING

Stora plan vid Sekretariatet/Mediahuset. Vallabyn är endast till för dem som har bokat vallabodar och har parkeringsbevis synligt i framrutan.

FÖRSÄLJNING/SERVERING

Servering: I sekretariatets bottenvåning, fikaförsäljning. Grillförsäljning utomhus.

Lunchservering: Restaurang Arctura hittar du på skidstadions område (termosen)

Öppet tors-lör kl 11-14. Pris torsdag och fredag 120:-, lördag 145:- inkl. fikabuffé.

FOTOGRAFERING

Genom ditt deltagande i arrangemanget ges medgivande till att Östersunds SK kan publicera bilder från arrangemanget på hemsida eller i annat marknadsföringssyfte.



**SVENSKA
SKIDFÖRBUNDET**[®]
SWEDISH SKI ASSOCIATION

TÄVLINGSREGLER

Svenska skidförbundets tävlingsregler gäller.

Tävlande, funktionärer och åskådare deltagar resp. medverkar på egen risk.

KONTAKTPERSONER

Tävlingsledare: Viktor Thorn 076-200 91 24

Tävlingssekreterare: Tinna Bäckman ostersundssk@gmail.com 076-838 80 75

Kommunikationsansvarig: Markus Flinkberg 070-363 88 27

JURY

TD: Kai Samposalo +358504800390

Ass TD: Erik Björelid 070-345 48 90

Tävlingsledare: Viktor Thorn 076-200 91 24

***Östersunds SK hälsar alla aktiva, ledare, publik och media
varmt välkomna till Östersund***