

# PM för DM terräng 18 09 22

Välkomna till terräng-DM Billingen, det förekommer ett omfattande byggarbete med nya konstsnöslingor. Därför ni vara beredda på att det kommer att vara lite trångt i start och målområdet. Det kan också förekomma byggarbete på tävlingsdagen respektera avstängningar ute i skogen.

<b>Omklädning:</b>	I Blå hallen som ligger i svackan mellan skidstadion och hotellet.
<b>Start och mål:</b>	Vid "dämnet" som ligger vid Hållsdammens södra spets, vägvisning från stora parkeringen på Billingens Fritidsområde. Från parkeringen är det ca 500m till start och målområdet.
<b>Nummerlappar:</b>	Delas ut vid "dämnet".
<b>Efteranmälan:</b>	Från 9:30 till 10:00 vid "dämnet", <b>observera att det inte kommer att gå att efteranmäla sig efter 10:00</b> . Efteranmälan kan också tas emot via mail till <a href="mailto:friidrott@ifhagen.com">friidrott@ifhagen.com</a> senast fredagen den 21/9 18:00
<b>Starttider:</b>	<b>11.00:</b> Alla klasser som springer 4000m och 2000m <b>12.00</b> Alla klasser som springer 8000m
<b>Banan:</b>	Banan är en 2000m lång grusslinga runt Hållsdammen, ni springer ett, två eller fyra varv. Det finns avspärrningsband i korsningar och pilar på marken som visar rätt väg
<b>Tidtagning:</b>	Manuell
<b>Vätska:</b>	Efter målgång
<b>Priser:</b>	DM medaljer till de tre bästa i varje klass, medaljerna i seniorklasserna tillfaller de tre snabbaste löparna på 4000m oavsett tävlingsklass. Prisutdelningar sker efter hand när klasserna blir klara.
<b>Parkering:</b>	Stora parkeringen, Billingens Fritidsområde

**Svenska Friidrottsförbundets tävlingsregler gäller – Deltagande sker på egen risk**