



# Inbjudan till Lövhult Rollerski GM och Smålands-DM Deltävling i Pölder Cup Söndag den 8 oktober 2023 i Lövhult, Nässjö

<b>KNATTEKLASS</b>	Mix 0-8 (ingen tidtagning) cirka 1,0 km Mix 9-10 år (ingen tidtagning) cirka 1,0 km
<b>TÄVLINGSKLASSER GM OCH DM</b>	H/D 11-12, cirka 2,5 km H/D 13-14, cirka 2,5 km Pölder cup H/D 15-16, cirka 5 km Pölder cup H/D 17-18, cirka 10 km H/D 19-20, cirka 10 km H/D 21, cirka 20 km H/D 35, cirka 20 km H/D 40, cirka 20 km H/D 45, cirka 20 km H/D 50, cirka 10 km H/D 55, cirka 10 km H/D 60, cirka 10 km
<b>ÅKSÄTT</b>	Fristil med intervallstart
<b>HJUL OCH SKIDOR</b>	<b>OBS! Nya riktlinjer från GM-kommittén. Barn och ungdomar t.o.m. 16 år: Tillåts både vuxenrullskidor med standardhjul märkta med siffran 2 (max 100mm) och Junior-rullskidor med dess originalhjul (80mm). Övriga: Tillåts vuxenrullskidor med standardhjul märkta med siffran 2 (max 100mm). Slumpvis kontroll genomförs.</b>
<b>ANMÄLAN</b>	Via tävlingskalendern på din klubbs hemsida. Sista anmälan den 2 oktober 2023
<b>AVGIFTER</b>	Knatteklass 40 kronor Ungdom (H/D 11 - H/D 16) 175 kronor Övriga (H/D 17 och uppåt) 275 kronor Avgifter faktureras respektive klubb i efterhand.
<b>EFTERANMÄLAN</b>	På plats vid nummerlappsutdelningen kl. 8.30-9.00 mot en förhöjd avgift med 75 kronor.



<b>FÖRSTA START</b>	Klockan 10.00
<b>TÄVLINGSPLATS</b>	Lövhults friluftsområde.
<b>NUMMERLAPPAR</b>	Nummerlappar delas ut i Motionsgården från klockan 8.30. Ej återlämnad nummerväst debiteras med 400 kronor.
<b>DUSCH OCH OMBYTE</b>	Omklädningsrum, dusch och bastu finns i Motionsgården.
<b>TOALETTER</b>	Finns i Motionsgården
<b>SERVERING</b>	I Valborgsgården serveras bland annat våfflor, korv och kaffe.
<b>PRISER</b>	Mästerskapsplakett till placering 1-3 i tävlingsklasserna. Prispengar utdelas i H/D 21 enligt följande Placering 1: 3000:- Placering 2: 2000:- Placering 3: 1000:-  35% regeln gäller så för att alla 3 medaljörerna skall erhålla prispengar krävs 9 startande. Undantag vid 2 startande erhåller 1:an prispengar.
<b>PRISUTDELNING</b>	Priser delas ut klassvis efter målgång.
<b>TÄVLINGSREGLER</b>	SSF:s reglemente gäller. <b>Hjälm och skydd för ögonen är obligatoriskt.</b>  Den 1 juli 2022 infördes en regel om att stavar för längdskidåkning med trugor för längdskidåkning skall användas. Alternativt skall trugor med rigida säkerhetsskydd i plast med diametern $\geq 30$ mm användas. Skydden måste vara placerade maximalt 45 mm ovanför metallspetsen. Allt deltagande sker på egen risk.
<b>PERSONUPPGIFTER</b>	Genom anmälan godkänns publicering i resultatlistor och foto på Facebook, Instagram och hemsida. Om du inte godkänner detta meddelar du det i ett mejl till adressen nedan.
<b>UPPLYSNINGAR</b>	Fredrik Lundqvist, tävlingsledare, 073-624 09 75 E-post: <a href="mailto:tavling@nassjoski.se">tavling@nassjoski.se</a> Hemsida: <a href="http://www.nassjoski.se">www.nassjoski.se</a>

**Välkomna till en härlig rullskiddag i Lövhult!**