

## PROGRAM UMEÅ 23-26 MARS

Datum	Tid*	Tävling	Klass	Teknik	Distans
Torsdag 23/3	15:00-16.00	Officiell träning	H/D21	-	Sprintbana 1.3 km
Fredag 24/3	09.30-10.20	TeamSprint, kval	D21	K	Sprintbana 1.3 km
Fredag 24/3	10.30-11.30	TeamSprint, kval	H21	K	Sprintbana 1.3 km
Fredag 24/3	12.00-12.20	TeamSprint, final	D21	K	Sprintbana 1.3 km
Fredag 24/3	12.30-12.50	TeamSprint, final	H21	K	Sprintbana 1.3 km
Fredag 24/3	15.00-16.00	Officiell träning	HD21+ HD17-20	-	3 km, 5 km, 8.3 km
Lördag 25/3	09.30-09.45	Prolog 3 km	D19-20	F	3 km
Lördag 25/3	09.50-10.05	Prolog 3 km	D17-18	F	3 km
Lördag 25/3	10.10-10.30	Prolog 3 km	H19-20	F	3 km
Lördag 25/3	10.35-10.55	Prolog 3 km	H17-18	F	3 km
Lördag 25/3	11.30-13.30	Distans 30 km	D21	F	5 km + (8.3 km x 3)
Lördag 25/3	14.00-17.10	Distans 50 km	H21	F	(8.3 km x 6)
Lördag 25/3	18.00-19.00	Officiell träning	H/D17-20	-	5 km
Söndag 26/3	10.00-10.35	Jaktstart 10 km	D19-20	F	(5 km x 2)
Söndag 26/3	10.45-11.20	Jaktstart 10 km	D17-18	F	(5 km x 2)
Söndag 26/3	11.30-12.20	Jaktstart 15 km	H19-20	F	(5 km x 3)
Söndag 26/3	12.30-13.20	Jaktstart 15 km	H17-18	F	(5 km x 3)

\* Tiderna är preliminära och kan komma att justeras. Vänligen respektera spårutnyttjandet enligt ovan. Läs mer i PM för respektive tävling.

**Observera att nedanstående PM endast gäller för SM tävlingarna, samt för båda tävlingsdagarna.**

### ARRANGÖR

Umeå SkidAllians

### LAGTÄVLING

Lagtävling sker i Individuell 30/50 km där de tre främsta resultatet per klubb räknas ihop och SM lag medaljer utdelas till de tre främsta lagen.

### BANOR OCH SPÅR

Bankartor och spårprofiler finns på hemsidan [www.skidsmumea.se](http://www.skidsmumea.se). All åkning under uppvärmning och testning skall ske i åkriktningen.

### TRÄNINGSTIDER PÅ TÄVLINGSBANORNA

Banorna är öppna för officiell träning vid följande tider:

Torsdag 23 mars: 15.00 – 16.00

Fredag 24 mars: 15.00 – 16.00

Lördag 25 mars: 18.00 – 19.00

Tänk på att många aktiviteter äger rum på skidstadion/banorna samt i närområdet under veckans alla dagar. Vänligen respektera och visa hänsyn för dessa

## TÄVLINGSEXPEDITION

Umeå IK:s Klubbhus mellan Umeå energi Arena skidstadion och vallaby, med nedanstående öppettider:

Torsdag 23 mars: 15.00 - 18.00

Fredag 24 mars: 07.30 - 13.30 och 15.00 - 18.00

Lördag 25 mars: 07.30 - 18.00

Söndag 26 mars: 07.30 - 15.00

## START

För att komma till start skall de tävlande följa anvisningarna. Endast tävlande och klubbledare tillåts att vistas inom startområdet.

## NUMMERLAPPAR/VÄSTAR

Hämtas föreningsvis på tävlingsexpeditionen (öppettider se ovan). Vid hämtning skall varje klubb lämna sin klubbs fakturerings adress.

Vid stafett skall bennummerlapp användas på sista sträckans åkare. Bennummerlappen skall sitta på höger ben. Alla åkare behåller sina nummervästar i båda tävlingarna. Strykningar lämnas skriftligt till tävlingsexpedition.

## TRANSPONDRAR/CHIP

Personliga transpondrar/chip skall användas vid samtliga tävlingar. Åkare som saknar personlig transponder/chip kan hyra detta på tävlingsexpeditionen. (150 kr/dag)

## LAGLEDARMÖTEN

**Lagledarmöte Teamsprint:** Torsdag 23 mars kl. 18.00

**Lagledarmöte Distans:** Fredag 24 mars kl. 18.00

Samtliga Lagledarmöten hålls på Scandic Syd Teg som är beläget på sydvästra sidan älven, på väg ut ur stan mot IKEA. **OBS! Det är ytterst viktigt att minst en ledare från varje klubb närvarar vid dessa möten.**

## START OCH RESULTATLISTOR

Startlistor och resultatlistor anslås på officiella anslagstavlan vid målområdet

Finns även på tävlingsexpeditionen samt på [www.skidsmumea.se](http://www.skidsmumea.se)

## DRYCK OCH ÖVERDRAGSKLÄDER

Dryck erbjuds vid lördagens distanstävlingar. Plats meddelas på Lagledarmötet för denna tävling. Klubbarna anvisas lämpliga platser för egen langning efter banan på lagledarmötet. Överdragskläder lämnas i startområdet. Arrangören ansvarar inte för transport av överdragskläder från start till mål.

## PRISUTDELNINGAR

Prisutdelningar hålls ute på skidstadion (preliminärt - vid dåligt väder flyttas det inomhus). Definitivt besked ges på [www.skidsmumea.se](http://www.skidsmumea.se) och officiell anslagstavla samt av speaker.

Fredag 24 mars - Direkt efter målgång herrarnas final på skidstadion.

Lördag 25 mars - Direkt efter avslutad klass på skidstadion

Medaljörerna deltar vid presskonferens direkt efter sin respektive prisutdelning.

## PRESSCENTER

Översta våningen Västra läktaren (mot Rothoffsvägen) på Umeå energi Arena.

## INVIGNING

Fredag 24 mars kl. 11.45 på Skidstadion

## SJUKVÅRD

Sjukvårdsrum finns i nedre plan på Umeå Energi Arenas västra läktare, i anslutning till omklädningsrum.

## VÄDER OCH TEMPERATUR

Anslås på officiella anslagstavlan, tävlingsexpeditionen, vallabyn samt på [www.skidsmumea.se](http://www.skidsmumea.se)

## OMKLÄDNING/DUSCH

Finns att tillgå på nedre plan på Umeå Energi Arenas västra läktare.

## PARKERING

Anvisade parkeringar för aktiva och ledare finns i anslutning till vallabyn norr om Umeå Energi Arena. Begränsat antal platser. I övrigt hänvisar vi till Umeå Energi Arenornas övriga parkeringar.

## FÖRSÄLJNING/SERVERING

Kiosker med kaffeförsäljning, korv och hamburgare samt dricka finns på skidstadions östra huvudläktare samt vid norra publikingången till Skidstadion (nära vallabyn).

## JURY

TD: Ingela Kälvedal

TDA: Per Lindberg

Tävlingsledare: Gunilla Stenmark

## TÄVLINGSREGLER

Svenska Skidförbundets tävlingsregler gäller. Tävlände, funktionärer och åskådare deltar respektive medverkar på egen risk.

## KONTAKTPERSONER

---

### Tävlingsledare

Gunilla Stenmark

Tel: 070-510 93 56

e-post: [gunillas92@gmail.com](mailto:gunillas92@gmail.com)

### Tävlingssekreterare

Michael Byström

Tel: 070-325 84 61

e-post: [michael.bystrom@vll.se](mailto:michael.bystrom@vll.se)

### Banchef

Crister Åstot

Tel: 072-5709289

e-post: [crister.astot@ume.se](mailto:crister.astot@ume.se)

---

## TÄVLINGSFORM

D 21 Teamsprint (K) 6 x 1.3 km

H 21 Teamsprint (K) 6 x 1.3 km

Klubblag om två åkare, där varje åkare åker 3 sträckor var.

## STARTTIDER

Tid	Tävling	Klass	Teknik
09.30 - 10.20	Kvalheat, Damer	D21	K
10.30 - 11.30	Kvalheat, Herrar	H21	K
12.00 -	Finaler, Damer	D21	K
12.30 -	Finaler, Herrar	H21	K

## ANMÄLNINGAR

Anmälan av stafettlag görs via SSF TA. Observera att anmälan måste göras av din klubbs SSF TA-administratör.

**Klubbanmälan** av stafettlag skall göras **senast onsdag 22 mars**.

**Namnanmälan** av lagets åkare inplacerade på respektive sträcka skall ske **senast torsdag 23 mars, kl. 16.00**.

Även detta sker i SSF TA av din klubbs SSF TA-administratör.

## SEEDNING

Startordning seedas utifrån FIS punkter. Minst antal sammanlagda punkter /lag = startposition 1, osv.

## NUMMERLAPPAR

Nummerlappar hämtas föreningsvis på tävlingsexpeditionen (se öppettider ovan).

Bennummerlapp på sista sträckans åkare – höger ben.

Nummerlappar behålls av åkare vid målgång.

Strykningar lämnas skriftligt till tävlingsexpedition.

## TRANSPONDRAR/CHIP

Personlig transponder används.

## START

Starten sker genom masstart i form av plog med 5 startspår.

## VÄXLING

Växlingsområdet är ca 45 meter långt. Växling sker genom handberöring av nästa åkare.

## DRYCK

Serveras efter målgång.

## PRISUTDELNING

SM-medaljer, priser till placering 1-3 i varje klass. Se huvud PM för information om tid och plats.

## TÄVLINGSFORM

D 21 30 km (F) – (1 x 5 km + 3 x 8.3 km)

H 21 50 km (F) – (6 x 8.3 km)

Damer åker först ett 5 km varv för att sedan avsluta med 3 varv på 8.3 km

Herrar åker 6 varv på 8.3 km

## STARTTIDER

Tid	Tävling	Klass	Teknik
11.30	30 km Distans, Damer	D21	F
14.00	50 km Distans, Herrar	H21	F

## START

Genomförs med 30 sekunders intervallstart.

## SEEDNING

Startordningen seedas utifrån FIS punkter.

25 % av antalet anmälda seedas i A och B grupp. (50/50).

Kan kompletteras med en C-grupp som lottas direkt före. De utan FIS-punkter lottas först i fältet.

Seedning är preliminär och kan ändras beroende av väder och banans skick.

## NUMMERLAPPAR

Nummerlappar hämtas föreningsvis på tävlingsexpeditionen. (Se öppettider ovan).

Nummerlappar behålls av åkare vid målgång.

Strykningar lämnas skriftligt till tävlingsexpedition.

## TRANSPONDRAR/CHIP

Personlig transponder används.

## PRISUTDELNING

SM-medaljer, lagmedaljer, priser till topp 10 i varje klass.

Se huvud PM för information om tid och plats.