



# Terräng-DM 2019



Söndagen den 28 april

Oskarshamns SK hälsar Smålands alla löpare välkomna till DM i terränglöpning.

## Klasser och starttider DM-klasser: (samtliga klasser utom M/K är åldersbundna)

Start 13:00 2 000 m		Start 13:30 4 000 m		Start 14:15 4 000 m	
Klass	Född år	Klass	Född år	Klass	Född år
P/F 12	2007	P14	2005	F14	2005
P/F 13	2006	P15	2004	F15	2004
		P17	2002-2003	F17	2002-2003
		P19	2000-2001	F19	2000-2001
		M	Alla	K	Alla
		M35-55	1960-1984	K vet	1984 o tidigare
				M60-	1959 o tidigare

Alla löpare som springer 4 000 m räknas som att de springer i seniorklass samt ev. egen åldersklass.

Lagtävling för 3-mannalag i M/K, P/F 19, P/F 17, P/F 14-15, P/F 12-13.

I M/K Veteraner skall minst en löpare vara 40 år och minst en 50 år.

För deltagande i DM-klass krävs medlemskap i förening ansluten till Smålands Friidrottsförbund.

**Anmälan:** [tavling.oskarshamnssk@gmail.com](mailto:tavling.oskarshamnssk@gmail.com) senast den söndagen den 21 april. Ange: namn, årtal, klass och förening. Efteranmälan på plats senast kl 12.00 mot dubbel avgift.

**Anmälningsavgifter:** 17 år och yngre 60 kronor. 18 år och äldre 100 kronor. Gäller samtliga klasser. Anmälningsavgiften betalas via Swish 123 048 9930 alternativt till Oskarshamns SK:s bankgiro 5482-0220 i samband med anmälan.

**Tävlingsområde:** Havslätts Motionsområde i norra Oskarshamn. Tag avfart Oskarshamn Norra på E22:an, kör vänster i rondellen vid skolan och följ vägen norrut i 2 km. Se kartor i Tävlings-PM.

**Banan:** Terrängbana huvudsakligen på grusade stigar. Se banskiss i Tävlings-PM.

**Boende:** Vill du övernatta i samband med terräng-DM rekommenderar vi [Forum Hotell & Vandrarhem](#) i centrala Oskarshamn som erbjuder olika typer av rum.

**Upplysningar:** Annlis Hellsten, 076-3041814, [tavling.oskarshamnssk@gmail.com](mailto:tavling.oskarshamnssk@gmail.com)

