



# PM för BIK Skidspel och BIK Sprinten 2023

## BIK Skidspel

BIK Skidspel är en kortdistanstävling i klassisk stil med 15 sek intervallstart. I tävlingen erbjuds tävlingsklasser för åldrarna 8 år och uppåt med tillhörande öppna- och paraklasser enligt nedan. Ingen tidtagning till och med 10 år, men placering 1-3 i klasserna 9 & 10. I öppen klass ingen tidtagning eller placering.

Klasser	Distans	Första starttid	Prel prisutdelning
H10	1,4 km	11:00:00	11:45
D10	1,4 km	11:01:15	11:45
H 9	1,4 km	11:05:00	11:45
D 9	1,4 km	11:08:00	11:45
H 8	1,4 km	11:12:00	11:45
D 8	1,4 km	11:13:45	11:45
Öppen 1	1,4 km	11:16:30	11:45
H 14	2,8 km	11:22:00	12:00
D 14	2,8 km	11:24:30	12:00
H 13	2,8 km	11:28:00	12:00
D 13	2,8 km	11:29:45	12:00
H 12	2,8 km	11:33:30	12:15
D 12	2,8 km	11:37:15	12:15
H 11	2,8 km	11:42:15	12:15
D 11	2,8 km	11:44:15	12:15
Öppen 2	2,8 km	11:47:00	12:15
H 16	2 x 2,8 km	11:52:30	12:30
D 16	2 x 2,8 km	11:55:45	12:30
H 15	2 x 2,8 km	11:57:30	12:30
D 15	2 x 2,8 km	12:00:45	12:30
H 17-20	2 x 2,8 km	12:04:30	12:45
D 17-20	2 x 2,8 km	12:05:30	12:45
H 21-	2 x 2,8 km	12:07:15	12:45
D 21-	2 x 2,8 km	12:08:30	12:45
Öppen 3	2 x 2,8 km	12:09:15	12:45

**Prisutdelning:** Prisutdelning sker klassvis vid serveringsbyggnaden på preliminära tider enligt ovan.

## BIK Sprinten

BIK Sprinten är en sprinttävling i fristil med 15 sek intervallstart. Observera att det är enbart en s.k. sprintprolog och inga efterföljande heat. I tävlingen erbjuds tävlingsklasser för alla åldrar med tillhörande öppna- och paraklasser enligt nedan. Ingen tidtagning till och med 10 år, men placering 1-3 i klasserna 9 & 10. I öppen klass ingen tidtagning eller placering.

Klasser	Distans	Första starttid
H 0-7	0,3 km - skidlek	13:00:00
D 0-7	0,3 km - skidlek	13:02:45
H10	0,5 km	13:07:15
D10	0,5 km	13:08:30
H 9	0,5 km	13:11:45
D 9	0,5 km	13:14:30
H 8	0,5 km	13:18:15
D 8	0,5 km	13:19:30
Öppen 1	0,5 km	13:12:30
H 14	1,0 km	13:26:00
D 14	1,0 km	13:28:15
H 13	1,0 km	13:31:45
D 13	1,0 km	13:33:30
H 12	1,0 km	13:37:15
D 12	1,0 km	13:41:00
H 11	1,0 km	13:45:45
D 11	1,0 km	13:47:30
H 16	1,0 km	13:54:00
D 16	1,0 km	13:56:45
H 15	1,0 km	13:58:15
D 15	1,0 km	14:01:30
H 17-20	1,0 km	14:05:15
D 17-20	1,0 km	14:06:00
H 21-	1,0 km	14:07:45
D 21-	1,0 km	14:08:30
Öppen 2	1,0 km	14:09:15

**Prisutdelning:** Åkare får pris i målfällan efter målgång. Ingen gemensam prisutdelning.

### Gemensam information

**Datum:** Lördagen den 7 januari 2023

**Tävlingsplats:** [Skidstadion Bondsjöhöjdens IP, Härnösand](#)

**Parkering:** På anvisad plats vid Bondsjöhöjdens Idrottsplats mot en avgift på 20 kr. Betalning kan ske i förskott via Swish 123 149 39 15

**Tävlingsexpedition:** Servicebyggnaden vid Bondsjöhöjdens IP

**Nummerlappar:** Hämtas klubbvis vid tävlingsexpeditionen från kl. 09.00

För ej återlämnade nummerlappar debiteras 400 kronor

<b>Efteranmälan och avanmälan:</b>	Efteranmälan och avanmälan kan ske via e-post till och med kl 21 på fredag den 6 januari: <a href="mailto:anmalan@bikskidor.se">anmalan@bikskidor.se</a> .
<b>Lagledarmöte:</b>	Lagledarmöte hålls digitalt via Google Meet på följande <a href="#">länk</a> kl 19:00 på fredag den 6 januari.
<b>Startlista:</b>	Startlista anslås på föreningens <a href="#">hemsida</a> senast kl 18 på fredag den 6 januari.
<b>Tävlingsområde skidtest m.m.</b>	Se <a href="#">länk</a> med information
<b>Jury:</b>	Tävlingsledare Martin Vestman - 076-147 47 01 Banche Ulf Andersson - 070-527 46 02 Representant från deltagande klubb som utses på lagledarmöte.
<b>Protester:</b>	Protester ska vara inlämnade senast 10 min efter sista målgång i aktuell klass.
<b>Resultatlista:</b>	Resultatlista anslås på föreningens <a href="#">hemsida</a> efter avslutad tävling.
<b>Första Hjälp:</b>	Kontakta Elin Claesson på telefonnummer 070-287 53 30
<b>Kafeteria:</b>	Servering av fika och hamburgare i och i anslutning till servicebyggnaden
<b>Dusch &amp; omklädning:</b>	Finns i servicebyggnaden
<b>Upplysningar:</b>	Martin Vestman 076-147 47 01 (Tävlingsledare) Hemsida: <a href="http://www.bikskidor.se/">http://www.bikskidor.se/</a> E-post: <a href="mailto:info@bikskidor.se">info@bikskidor.se</a>
<b>Tävlingsregler:</b>	Svenska Skidförbundets tävlingsregler gäller. Tävlande, ledare, funktionärer och publik medverkar på egen risk.  Deltagare som anmäler sig till tävlingen godkänner tävlingens förutsättningar, samt att namn och bilder kan komma att publiceras på arrangörens hemsida och i sociala kanaler.

*Vi hälsar alla varmt välkomna till Bondsjöhöjden!*

*Glädje – Gemenskap - Utveckling*

## Guldsponsorer

**KBYGG**  
FRESKS

19  52  
**HSTA**

## Övriga sponsorer

 **J. Sjölund's**  
Värme & Sanitet AB  
[www.sjolundsvvs.se](http://www.sjolundsvvs.se)

**Widells**  
**Golv**  
Tel : 070 - 597 77 87

**Sjölund's El**  
070-6808030 

 **MEDICINSKA KLINIKEN**

**VEST**  
Juridik

**CRAMO**  
Maskinuthyrning

 **KEMPES EL**  
-del av INSTALCO

 **Högland**

**Cramo Sverige AB**  
Industrigatan 3, 871 53 Härnösand  
Tel. 0611-55 44 30 Fax. 0611-55 44 31  
FRIHET ATT HYRA

 **Härnösandshus**