

PM Bjursås Skimo Race 2025-01-18

Starttid 17.00 utanför restaurang BJU INN i Södra anläggningen

OBLIGATORISK startgenomgång 16:50

Generellt kring banorna och tävlingen

I år erbjuder vi en lång och en kort bana där tävlingsklasser kör den långa banan, barn kör den korta banan och "Prova på/Motionsklass" får själva välja om de vill köra den långa eller korta banan, alternativt en kombination av båda.

Den långa banan är 160 höjdmeter och skall avverkas sex varv för tävlingsklasserna. Om du blir varvad av segraren i din klass så går du i mål när denne slutfört sitt femte varv.

Barn och prova på klass får gå hur många eller få varv man känner för, kom ihåg att det skall vara roligt, och höjdmeter är ju roligt!

Bansskisserna längst ner i detta PM är bara en grov illustration. För större bild se den officiella [pistkartan](#) eller på plats i anläggningen.

Gemensamt för banorna är att uppstigning på skidor är markerad med gröna Dynafit flaggor och nedfart är markerad med röda Dynafit flaggor.

Generella utföråkningsregler är att snabbare åkare alltid håller höger, och långsammare åkare vänster. Snabbare åkare har alltid väjningsplikt för långsammare och tänk på att hålla överdrivet stora avstånd till andra åkare utför, du vet aldrig om åkaren du passerar är nybörjare och upplever din fart som jätteläskig. Denna typ av tävling avgörs alltså uppför, vill du avgöra utför kan du anmäla dig till Hahnenkamm rennen i Kitzbühel 😊

Korta banan

Start och mål/varvning utanför BJU INN. Banan börjar med att följa pisten Björn lutet, den är rätt brant i början, sen svänger du vänster i den stora korsningen in på Lingonstigen och följer den hela vägen till toppen av Harsprånget. Här kommer du till en röd växlingszon där du rycker av stighudarna, spänner pjäxan och klickar i den i bindningen ordentligt och tar några djupa andetag samtidigt som du njuter av utsikten över Dalarnas Schweiz. Nedanför dig ser du nu startområdet och du svänger skarpt vänster och rundar det blå nätet för att komma in i växlingszonen. Där tar du på stighudarna samtidigt som du glänser i strålkastarljuset för att sedan glida genom den vita Dynafit portalen för att utmana dig själv för ytterligare ett varv.

Långa banan



Start och mål/varvning utanför BJU INN. Banan börjar med att följa pisten Björnluet, den är rätt brant i början för att sedan flacka ut, du går rakt igenom fyrvägskorset vid Lingonstigen (där korta banan svänger vänster) och fortsätter upp till toppen via en sista brant. I den röda växlingszonen (T1) framför Jaktkojan rycker du hudarna och följer de röda flaggorna nedför HALVA Baggbo pisten. Här sitter flaggorna på skidåkaren högra sida för att du inte skall missa den tvära svängen in mot vindskyddet mitt i den blivande parken. Laddar du på för mycket och missar svängen så kommer du ner till Baggbo ankarliften och har bjudit konkurrenterna på många sura höjdmeter... Framför vindskyddet hittar du den gröna växlingszonen (T2) där du tar på stighudarna och följer de gröna flaggorna uppför Lingonstigen hela vägen upp till Toppen av Harsprånget. Där når du den röda växlingszonen (T3) rycker stighudarna och fortsätter rakt fram tills du korsat Södra Ankarliftens topp, ser startkuren för slalomtävlingar till höger och kastar dig ned för Bjursås IK Alpin hemma backe Granslingan. Väl nere för den tar du sikte på Södra ankarliftens dalstation och rundar hela den svarta byggnaden i en lång svepande vänstersväng innan du ser det blå nätet och början på den gröna växlingszonen vid målportalen. Här tar du på stighudarna och glider sedan genom den vita Dynafit portalen och påbörjar ditt nästa varv. Det är vid portalen som ett fullföljt var räknas, så en eventuell spurtduell kan avgöras i denna sista växlingszon. Du ordnar din egen lagningszon i området efter portalen.

Obligatorisk och rekommenderad utrustning

Tävlingen kommer att genomföras i mörker men belysningen i backen kommer att vara påslagen under loppet. Det kan förekomma kortare sträckor med sämre belysning så vi har gjort pannlampa på hjälmen obligatoriskt så att alla hittar runt. Vi har både pannlampa och hjälm att låna ut gratis! Kombinera gärna med reflexband eller liknande.

Alla deltagare skall ha hjälm under loppet. Skidorna skall ha stålkant och vara minst 150cm (undantag för barn). Splitboard eller telemarksskidor tillåts också för de som ännu inte insett att modern skidalpin utrustning är det bästa sedan skivat bröd.

Skidalpinism är en bergsport så rekommenderad utrustning är en ryggsäck med överdragkläder, något gott att äta och dricka, ett första förband och kanske extra mössa och vantar och kanske ett extra batteri till pannlampan och något verktyg för att kunna reparera din utrustning.

Låneutrustning

Du som bokat utrustning, kontakta Jens Westergren på 070-1700875 för att bestämma när denna hämtas/tas emot. All utrustning lämnas tillbaka direkt efter tävlingen vid Ski Upp utanför värmestugan bredvid brasserie BJU INN. Hyra för låneutrustning betalas direkt till Svenska Klätterförbundet:





Program

14.00-15.30 Sekretariat öppet för uthämtning av nummerlapp

Sekretariat i entrén till restaurang BJU INN, mitt emot finns värmestuga med toalett där ni kan byta om. Anmälan kan ske fram till 15.00, och då via anmälningsformuläret. Se länk på hemsida eller Facebook Skimo Dalarna.

Vi är glada för att du försöker komma i tid till nummerlappsutdelningen då vi behöver stänga sekretariatet kl 15:30 för att hinna med tävlingsstart kl 17.00.

17:00 START

Starten sker kl 17.00 utanför BJU INN

Prisutdelning

Prisutdelning och utlottning av priser sker i brasserie BJU INN ca 30 minuter efter sista målgång. Alla deltagare lämnar in sina nummerlappar som sedan används som lotter vid utlottning av priser. Inga inlämnade nummerlappar = ingen chans att vinna pris.

Nummerlappar



Varje deltagare erhåller två nummerlappar, en av dessa fästes på höger ben (vinklad åt höger så den kan läsas från sidan) och den andra på ryggen (har man ryggsäck så fästs den utanpå ryggsäcken)

Toalett och omklädning

Tillgång till toalett finns i värmestugan skiers left från BJU INN.

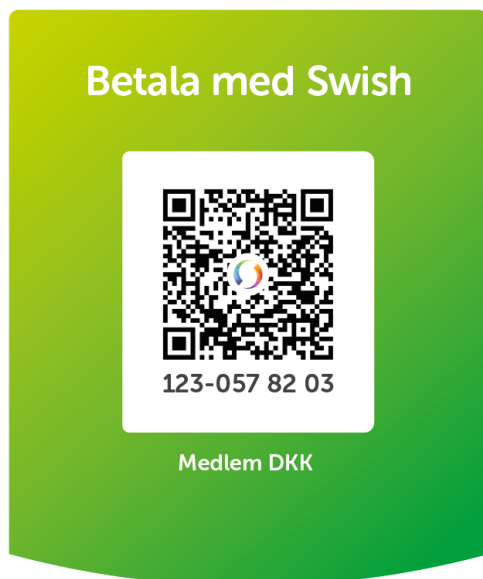
Langningszon

Precis efter Dynafit portalen börjar en langningszon. Där kan du som vill ha tillgång till egen dricka, stighudar eller extrakläder. Vi tillhandahåller en vattendunk med kran ifall du vill fylla på din flaska. Väggar du på riktigt kan vi rekommendera det Swish FIKA som finns inne i BJU INN.

Försäkring genom medlemskap i Klätterklubb

Deltagare som är medlem i klätterklubb ansluten till Svenska Klätterförbundet är försäkrade genom sitt medlemskap. Övriga deltagare rekommenderas teckna egen försäkring. Vill du stötta Skidalpinismens utveckling i Sverige rekommenderar vi att du blir medlem i en klätterklubb. Varför inte Dalarnas? 😊

<http://www.dalarnasklatteklubb.se>



Efteranmälan

Kan göras fram till 15:00 lördag 18 januari [HÄR](#).

Betalning sker genom nedanstående SWISH:



Betala med Swish



123-057 82 03

EFTERANMÄLAN



Är du inte medlem i Klätterklubb så är det barn eller "Prova på klass" som gäller.

Tidtagning

Vi kör manuell tidtagning.

Varv

Tävlingsklasserna kör 6 långa varv á 160hm alltså 960 hm

Barn och "Prova på klass" får välja hur många varv de vill köra, men vi kör inte längre än att segrarna i tävlingsklass har gått i mål (ca 90 min)

Regler och Säkerhet

Tävlande sker på eget ansvar, osportsligt eller farligt uppträdande resulterar i uteslutning ur tävlingen. Alla deltagare är skyldiga att hjälpa andra tävlande eller funktionärer vid eventuell olycka.

Alla växlingar sker med stavarna liggandes på marken för att minimera risken att skada andra.



Vid allvarlig olycka ring 112

Jonas Djurback, tävlingsledning, 070 659 56 36

Jens Westergren, tävlingsledning, 070 170 08 75





