



## Tilläggs-PM

# DM-stafetten, sprint !

Här kommer lite riktlinjer för arrangörer som arrangerar DM-stafetten i sprint.

- Följande klasser skall tävlingen innehålla:

Herrar: H12, H14, H16, H20, H21, H35, H45, H55, H65, H75

Damer: D12, D14, D16, D20, D21, D35, D45, D55, D65, D75

- 2 löpare i varje lag i samtliga klasser.
- D/H21 6 sträckor, varje löpare springer tre sträckor  
(1, 3, 5 respektive 2, 4, 6)
- Övriga klasser 4 sträckor, varje löpare springer 2 sträckor  
(1, 3 respektive 2, 4)
- Varje sträcka skall vara ca 7-9 min
- Alla sträckor skall vara gafflade

### **Tips !**

- En sak är att tänka på att man skall vara bemannad med rutinerade personer i sekretariatet, allt går väldigt fort med högt tempo.
- Starta inte klasser som har samma första kontroller samtidigt samt ha flera enheter på de första kontrollerna.
- Använd sportident pinnen som växling mellan löparna, då behövs bara en pinne för laget, men man måste ha koll på vilka pinnar som kan användas samt har tillräckligt med minne för stämplingarna på banorna.

**Lycka till!**

