



# PM för BIK Skidan och SCA Sprinten 2025

## BIK Skidan

BIK Skidan är en distanstävling i klassisk stil med 15 sek intervallstart. I tävlingen erbjuds tävlings-, öppna- och paraklasser enligt nedan. Ingen tidtagning eller placering i klasserna 0-8 mix eller i öppen klass.

Klasser	Distans	Prel första starttid	Prel prisutdelning
0-8 mix	Skidlek eller skidlek och 0,5 km (åkare väljer)	11:00	Medalj vid målgång
Killar 10	1,4 km	11:12	11:50
Tjejer 10	1,4 km	11:15	11:50
Killar 9	1,4 km	11:20	12:00
Tjejer 9	1,4 km	11:22	12:00
Öppen 1	1,4 km	11:25	12:00
Killar 14	3x1,4 km	11:31	12:15
Tjejer 14	3x1,4 km	11:34	12:15
Killar 13	3x1,4 km	11:38	12:20
Tjejer 13	3x1,4 km	11:41	12:20
Killar 12	2x1,4 km	11:50	12:30
Tjejer 12	2x1,4 km	11:53	12:30
Killar 11	2x1,4 km	11:59	12:35
Tjejer 11	2x1,4 km	11:02	12:35
Öppen 2	2x1,4 km	12:06	12:35
H 17-20	3 x 2,8 km	12:12	13:00
D 17-20	3 x 2,8 km	12:14	13:00
H 21-	3 x 2,8 km	12:15	13:05
D 21-	3 x 2,8 km	12:18	13:05
Killar 16	2 x 2,8 km	12:20	13:10
Tjejer 16	2 x 2,8 km	12:21	13:10
Killar 15	2 x 2,8 km	12:22	13:15
Tjejer 15	2 x 2,8 km	12:24	13:15
Öppen 3	3 x 2,8 km	12:25	13:15

## Prisutdelning:

Prisutdelning sker klassvis för Tj/K 9 och äldre vid serveringsbyggnaden på preliminära tider enligt ovan. I klasserna Tj/K upp till och med 12 år sker upprop enligt startlistan. I klasserna Tj/K 13-14 år sker upprop enligt startlista och därefter resultat 1-3. I klasserna Tj/K 15 år och äldre sker upprop utifrån resultat.

## SCA Sprinten

SCA Sprinten är en sprintprolog i fri sti med 15 sek intervallstart. Observera att det är enbart en sprintprolog och inga efterföljande heat. I tävlingen erbjuds tävlingsklasser för alla åldrar med tillhörande öppna- och paraklasser enligt nedan. Ingen tidtagning eller placering i klasserna 0-8 mix eller i öppen klass.

Klasser	Distans	Prel första starttid
0-8 mix	0,3 km - skidlek	13:30
H10	1,0 km	13:39
D10	1,0 km	13:42
H 9	1,0 km	13:47
D 9	1,0 km	13:49
H 14	1,0 km	13:56
D 14	1,0 km	13:59
H 13	1,0 km	14:03
D 13	1,0 km	14:06
H 12	1,0 km	14:10
D 12	1,0 km	14:13
H 11	1,0 km	14:19
D 11	1,0 km	14:22
H 16	1,0 km	14:30
D 16	1,0 km	14:31
H 15	1,0 km	14:32
D 15	1,0 km	14:34
H 17-	1,0 km	14:36
D 17-	1,0 km	14:38
Öppen 1	1,0 km	14:40

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

### Gemensam information

**Datum:** Söndag den 12 januari 2025

**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

Deltagare kan även behöva nyttja omkringliggande villaområde för att parkera. Se [länk](#) med exempel på områden för parkering. Parkering sker på egen risk och under eget ansvar.

**Tävlingsexpedition:** Servicebyggnaden vid Bondsjöhöjdens IP

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

För ej återlämnade nummerlappar debiteras 600 kronor

**Efteranmälan och avanmälan:** Efteranmälan och avanmälan kan ske via e-post till och med kl 21 på fredag den 10 januari: [anmalan@bikskidor.se](mailto:anmalan@bikskidor.se).

- Tävlingsmöte:** Tävlingsmöte hålls digitalt via Teams på följande [länk](#) kl 19:00 på lördag den 11 januari.
- Startlista:** Preliminär startlista anslås på föreningens [hemsida](#) senast kl 18 på lördag den 11 januari.
- Tävlingsområde skidtest m.m.** Se [länk](#) med information.
- Jury:** Tävlingsledare Martin Vestman - 076-147 47 01  
Banchef Ulf Andersson - 070-527 46 02  
Representant från deltagande klubb som utses på tävlingsmötet.
- Protester:** Protester ska vara inlämnade senast 10 min efter sista målgång i aktuell klass.
- Resultatlista:** Preliminära resultat BIK Skidan anslås på föreningens [hemsida](#) efter avslutad klass och officiellt resultat för båda tävlingarna anslås på föreningens hemsida efter avslutad tävling.
- Första Hjälpen:** Kontakta Elin Claesson på telefonnummer 070-287 53 30
- Kafeteria:** Servering av fika och hamburgare i och i anslutning till servicebyggnaden
- Dusch & omklädning:** Finns i servicebyggnaden
- Upplysningar:** Martin Vestman 076-147 47 01 (Tävlingsledare)  
Hemsida: <http://www.bikskidor.se/>  
E-post: [info@bikskidor.se](mailto:info@bikskidor.se)
- Tävlingsregler:** Svenska Skidförbundets tävlingsregler och Ångermanlands Skidförbunds riktlinjer för tävlingar, prisutdelning och resultatrapportering 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*

