



# Inbjudan till invigning av rullskidbana på Bondsjö IP

Söndag den 27 augusti 2023 inbjuder Bondsjöhöjdens IK och IF Rycket till invigning av rullskidbanan och K Bygg-planen på Bondsjö IP.

Invigningen inleds kl. 11:00 med invigningsceremoni och lika-tid-tävlingen K Bygg-loppet, se info nedan. Därefter körs rullskids- och rullstolstävlingen HSTA-rullen.

Under invigningsdagen kommer det att finnas möjlighet att prova på rullskidor, rullstolsåkning och racerunnercykel på K-Byggplanen samt skidskytte med I21 IF och draghundssport med Härnösands Draghundsklubb.

## K Bygg-loppet

### Tävlingsupplägg:

Lika-tid tävling med 30 sekunders intervallstart för rullskidor och rullstol. Alla startande åker ett varv på Godstjärnsslingan (G-slingan). Efter att alla startande har gått i mål startas tävlingen om och alla deltagare åker ytterligare ett varv runt slingan med målet att åka på så lika tid som det första varvet. OBS, det är inte tillåtet att ta egen tid under loppet.

<b>Klasser:</b>	Parasport rullstol	1,3 km per start (G-slingan)
	Parasport rullskidor	1,3 km per start (G-slingan)
	Rullskidor	1,3 km per start (G-slingan)

**Första start:** Kl: 11:15

**Prisutdelning:** Samtliga klasser tävlar i en och samma klass och pris delas ut till de tre åkare som har minst skillnad mellan loppet. Därutöver finns ett antal utlovningspriser.

## HSTA-rullen

### Tävlingsupplägg:

Tävlingslopp i fristil med 30 sek intervallstart. I tävlingen erbjuds tävlingsklasser för alla åldrar med tillhörande paraklasser enligt nedan.

<b>Klasser:</b>	D/H 13 år	1,3 km (G-slingan)
	D/H 14 år	Ca 2,1 km (G-slingan + 1,4:an)
	D/H 15-16 år	Ca 5,4 km (två ggr G-slingan och skogsslingan)
	D/H 17- år	Ca 8,1 km (tre ggr G-slingan och skogsslingan)

Parasport rullstol	1,3 km (G-slingan)
Paraklass rullskidor	Parasport rullskidor åker preliminärt samma sträcka som respektive åldersklass och startar tillsammans med åldersklassen.

**Första start (preliminär):** Kl: 14:30

**Prisutdelning:** Alla deltagare får pris efter målgång.

### Gemensam information

**Datum:** Söndagen den 27 augusti 2023

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

**Tävlingsexpedition:** Servicebyggnaden vid Bondsjöhöjdens IP

**Anmälan:** Anmälan sker via denna [länk](#) senast den 23 augusti 2023.

**Anmälningss-avgifter:**

K Bygg-loppet	80 kr
HSTA-rullen	120 kr

För deltagare som anmäler via klubb som svarar för anmälningssavgiften, faktureras avgiften efter tävlingen. För deltagare som inte representerar någon klubb eller som själv ska betala avgiften sker betalning med Swish senast vid uthämtning av nummerlapp.

Vid efteranmälan avg. plus 50 %.

**Kafeteria:** Servering av fika och hamburgare i och i anslutning till stadion

**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 gäller. Tävlende, ledare, funktionärer och publik medverkar på egen risk.

*Vi hälsar alla varmt välkomna till Bondsjöhöjden!*