

UTMANINGEN

S K E L L E F T E Å

PM för Utmaningen - Skellefteå 2019

Lördag den 7 september kl. 14.00

Tävlingsarena

Vitbergsbadet, Skellefteå. Entré via badets västra grind mot Slalomvägen.

Parkering

Nyttja parkeringarna i anslutning till Skellefteå Kraft Arena. Ingen parkering längs Slalomvägen eller vid badets entré är tillåten.

Start

Gemensam start för samtliga löpare kl. 14.00. Starten sker vid slalombacken, öster om badet. Speakern kommer att uppmana samtliga löpare till gemensam promenad till startpunkten ca 15 minuter före.

Klassindelning

Utmaningen 2019 genomförs i följande klasser:

- Damer, 2 varv
- Herrar, 2 varv
- Damer, 1 varv
- Herrar, 1 varv
- Damer, junior
- Herrar, junior
- Lag, 2 varv
- Lag, 1 varv
- Utan tid, 1 varv
- Utan tid, 2 varv

Banan

Banan Mäter cirka 4,0 km och deltagarna springer ett eller två varv. Med eller utan tidtagning. Banan är snitslad med Norra Skogsägarnas blå /röda snitsel. På stigar och öppna partier är det hängande snitslar och där är det tillåtet att springa bredvid snitseln på båda sidor. Där det är korridorsnitslat måste man hålla sig inom den snitslade korridoren.

Sjukvårdsutrustning finns på en plats i terrängen och vid målområdet. Karta som redovisar bansträckning, åskådarplatser, sjukvård m.m. finns vid nummerlappsutlämningen samt på hemsidan, www.utmaningskelleftea.se.



Allt deltagande sker på egen risk! Ta det lugnt i utförslöparna och i de partier där det krävs klättring. Får ni problem så finns det funktionärer längs banan samt en "kölöpare" som ni kan fråga om hjälp.

Vätskekontroller

Vätskekontroll med vatten finns efter cirka 2 km samt vid varvning och 6 km för de som springer 2 varv.

Nummerlappar

Alla tävlande ska bära nummerlapp. Nummerlappsutlämningen sker vid tävlingsarenan och du ska hämta din nummerlapp senast kl. 13.00 på tävlingsdagen.

Tidtagningschip

Alla tävlande ska bära tidtagningschip som hämtas ut samtidigt som nummerlappen. Vi använder i år SportIdent som tidtagningssystem. För att vi ska kunna registrera alla löpare är det också viktigt att löpare som deltar utan tidtagning använder chip. Då myrlöpning är en del av banan måste chipet bäras så det säkert inte går förlorat under loppet. Chipet ska därför fästas på fingret med en extra säkerhetsrem runt handleden. Chipet lämnas tillbaka direkt efter målgång. För ej återlämnat chip debiteras 700 kr.

Passerkontroller och målgång

Längs banan finns totalt 4 tidsstationer per varv. Vid dessa stationer ska chipet registreras genom att varje deltagare aktivt stämplar vid de utplacerade enheterna. Dessa passerkontroller finns markerade på kartan som visar bansträckningen och är även väl skyltade i terrängen.

Observera också att stämpling även ska ske vid målgång. Måltiden registreras först då chipet registrerats i de målenheter som finns utplacerade i målfällan.

Efteranmälan

Sista dag för ordinarie anmälan är söndag 1:a september. Efteranmälan är möjlig på lördagen mellan kl. 11.30-13.00. Startavgifterna vid efteranmälan är 350 kr för vuxna och 200 kr för juniorer. Betalning sker på plats (SWISH 1234539128). Observera att vi tyvärr inte kan ta emot efteranmälningar i lagtävlingarna och efter 13.00 på tävlingsdagen.

Minikat

Arrangeras för de yngsta barnen. Ingen startavgift och anmälan sker på plats. Start mellan kl. 12:45–13:45. Barnen springer en bana närmast arenan och är cirka 800 meter. Priser till samtliga minikatnare.

Efter loppet

Vi bjuder på frukt och vätska direkt efter målgång.

Toaletter

Totalt 8 toaletter finns i omklädningsrum och i servicebyggnaden. Då kö kan uppstå uppmanar vi till god planering. Observera att inga spikskor är tillåtna inomhus.



Avspolning

Efter målgång uppskattar vi om ni sköljer av skor och kläder utomhus på anvisade platser innan ni går in i omklädningsrum och duschar. Det finns särskilda duschar för det ändamålet utomhus på tävlingsarenan.

Dusch

Dusch och omklädning sker i servicebyggnaden och utomhus. Följ skyltningen.

Servering

Skellefteå Skidklubb erbjuder enklare servering med kaffe, hamburgare, drickor och fikabröd.

Priser

Priser till de tre första i samtliga klasser med tidtagning.

I år kommer vi även att utse årets ”träsktroll” samt årets ”bergsgöt”. Vinnare av dessa priser är den löpare som kommer närmast den idealtid som bansättaren bestämt för myrlöpningen respektive bergsklättringen.

Åskådare

För er som inte deltar har vi ett antal platser i terrängen som vi rekommenderar. Myren öster om pistolskyttebanan (lera), utanför BodaBorg (passering 2ggr per varv) samt västra Vitbergstjärnen (bad) är bra platser om ni vill heja på och följa löparna. Badmomentet vid västra Vitbergstjärnen lockar alltid stor publik och där erbjuder vi även speakerservice. Parkera vid starten för Vitbergets elljusspår och därefter 50 m promenad till tjärnen. Hela bansträckningen och lämpliga åskådarpplatser redovisas på den karta som visar bansträckningen. Se www.utmaningskelleftea.se

Deltagande

Allt deltagande sker på egen risk. Är du inte organiserad i någon förening kan du ta en egen försäkring. Folksam erbjuder försäkringarna Startklar och Startklar Plus. Läs mera om Startklar och Startklar Plus www.folksam.se

Föreläsning

Inför årets upplaga kan vi glädjande även presentera en inspirationsföreläsning och workshop med ultralöparen Frida Södermark. Fredagen den 6:e september går den av stapeln och givetvis deltar hon även i lördagens tävling. Så passa på att utmana dig själv som Frida i årets upplaga av Utmaningen. Läs mer om inspirationsföreläsningen nedan och observera att separat anmälan krävs, senast 29 augusti.

Mer information

Finns på www.utmaningskelleftea.se

Besök gärna även vår Facebooksida <https://www.facebook.com/UtmaningenSkelleftea>

Varmt välkomna önskar

Skellefteå Orienteringsklubb

Arrangerar 10MILA i orientering 2023



