

Sundsvall Trail - löpfestival 13-14 maj

Glädje | Utmaning | Äventyr

INBJUDAN TILL SUNDSVALL TRAIL

Södra Norrlandsmästerskapen i traillopning

Sundsvalls Orienteringsklubb hälsar er välkomna till två av Sveriges vackraste traillopp. På fredagskvällen den 13 maj genomförs Havstrailen ute på Essvikhalvön och på lördagen klassiska Sundsvall Trail vid Löruddens fiskeläge.

Lördagens lopp är det första distriktsmästerskapet i traillopning någonsin, där löpare från Jämtland, Ångermanland och Medelpad möts för att kora Södra Norrlands snabbaste traillopare.

Vi hoppas på en folkfest där barn och ungdomar, motionärer och elitlöpare alla samlas för att uppleva riktigt bra traillopning.



i samarbete med

noname

**sport
ringen**

 **ICEBUG**

**VISIT
SUNDSVALL**

 **Ramudden**

U
UMARA

Anmälan:

Sker på raceid.com senast 31 april. Efteranmälan fram tills tävlingsdagen via samma länk.

Banor:

Havstrailen går i kuperad terräng vid Brattberget ute på Essvikhalvön. Stigarna har växlande karaktär, med stora delar snabblopt underlag som bryts av med riktigt tekniska partier.

Sundsvall Trail går i flack småskuren kustterräng med tävlingscentrum vid Löruddens Fiskeläge. De kortare banorna har större inslag av bredare stigar och mer lättlopt terräng, medans smala stigar och även obanad terräng (stråk/uppsprungna stigar sedan tidigare upplagor) utgör stora delar av de längre banorna.

Sammandrag:

Fredagens fartfyllda prologliknande lopp (med bonussekunder) och lördagens huvudlopp räknas ihop till ett sammandrag för alla klasser, med priser till segrarna och för seniorklassen även prispengar till de topp tre placerade löparna.

Distriktsmästerskap:

Tävlingarna är öppna för vem som helst att springa, men för att delta i distriktsmästerskapet (Södra Norrland) krävs tillhörighet i klubb ansluten till Svenska friidrottsförbundet ([anslutna föreningar](#)).

Klasser:

HAVSTRAILEN		
Klass	Sträcka	Starttid
F/P 0-5	1 km	17.30
F/P 7	1 km	17.30
F/P 9	1 km	17.30
F/P 11	1 km	17.30
F/P 13	1 km	17.30
F/P 15	4 km	18.00
F/P 17	4 km	18.00
F/P 19	4 km	18.00
M/K senior	4 km	18.00
M/K 35, 40, 45, 50	4 km	18.00
M/K 55, 60 osv	4 km	18.00

SUNDSVALL TRAIL		
Klass	Sträcka	Starttid
F/P 0-5	600m	11.30
F/P 7	1.5 km	11.35
F/P 9	1.5 km	11.35
F/P 11	3 km	11.40
F/P 13 (DM)	3 km	11.40
F/P 15 (DM)	5 km	11.45
F/P 17 (DM)	10 km	10.00/13.00
F/P 19 (DM)	10 km	10.00/13.00
M/K senior (DM)	21 km	10.00/13.00
M/K 35, 40, 45, 50 (DM)	21 km	10.00/13.00
M/K 55, 60 osv (DM)	10 km	10.00/13.00

Startavgifter:

Havstrailen: 1 km 100 kr, 4 km 250 kr

Sundsvall Trail: Ungdomar: 600m/1.5 km/3 km 100 kr, 5 km 150 kr

Vuxna: 3 km 150 kr, 5 km 250 kr, 10 km 350 kr, 21 km 500 kr

Nummerlappar:

Kan hämtas ut på torsdagen den 12 maj på Sportringen Sundsvall, eller vid målområdet bägge tävlingsdagarna.

Vätskestationer:

Finns under lördagen, tre för 21 km klassen och två för 10 km klassen. Serveras görs sportdryck från Umara, vatten, coca-cola, banan, bars från Umara och chokladbollar.

Nedskräpning:

Nedskräpning längs banan är givetvis absolut förbudet och leder till direkt diskvalificering.

Sjukvård:

Vid målområdet finns erfaren sjukvårdspersonal om material. Vid vätskestationerna finns enklare förstahjälpenutrustning.

Maxtid:

Vid 17 tiden plockas tävlingsplatsen ner och då är det fördelaktigt att man hunnit ta sig hela vägen till mållinjen.

Priser:

Alla fullföljande löpare erhåller en vacker och unik trämedalj. På fredagen mycket fina utlottningspriser från våra samarbetspartners. På lördagen utöver utlottningspriser även prisande av segrarna i respektive klass, samt DM plaketter till topp 3 i respektive klass.

Försäljning:

Enklare matförsäljning under fredagen, på lördagen såväl enklare försäljning som mer ambitiös lunch på restaurang Lörudden.

Omklädning:

Ombytestält och toaletter finns bägge dagarna, dock inga duschmöjligheter på själva tävlingsplatsen. Gott om badutrymme i havet finns förstås för den hugade.

Överdragskläder:

Kan lämnas vid målområdet, men övervakas dock ej. För 21 km löparna på lördagen transporteras inlämnade kläder från starten till Lörudden.

Avbrutet lopp:

Om du tvingas bryta loppet av någon anledning, meddela tävlingsexpeditionen att du har brutit. Detta är viktigt för att en sökinsats inte skall inledas i onödan.

Boende:

[Sidsjö Hotell och Konferens](#) har 15% rabatt på boende till alla deltagare. För större tillresta föreningar kan vi även erbjuda alternativa boenden under helgen, hör av er till info@sundsvalltrail.se för information.

För upplysningar:

Kontakta tävlingsledare David Holmberg på info@sundsvalltrail.se eller via telefon 076-1926060