

# PM HAVSTRAILEN

## VÄLKOMMEN TILL HAVSTRAILEN 2022

### Hitta hit

Tävlingen sker vid Brattberget ute på Essvik. Skriv in Boansvägen, Kvissleby, på GPS:en så kommer ni rätt.

Parkering sker vid P markerat på kartan, där den sydligaste parkeringsytan är den huvudsakliga som kommer rymma nog med bilar. Följ funktionärernas anvisningar. Valfri P-avgift på 50 kronor via SWISH.

Från den mellersta parkeringen är det markerat med röd/vit snitsel till tävlingsområdet, promenad ca 500 meter. Observera att ni kommer korsa tävlingsbanan på vägen dit.



### Program

- 16.30 - 17.45 - Sekretariatet öppet
- 17.30 - 17.40 - Start 1 km klassen
- 18.00 - 18.10 - Start 4 km klassen
- 17.30-19.00 - Markan öppen

## Tävlingscentrum - Start och Mål

Belägen vid Brattbergets vindskydd med härlig havsutsikt en fin dag. Här sker utdelning av nummerlappar från klockan 16.30, att vara på plats ca 30 minuter innan start är en klok idé. Kläder kan lämnas men med fördel ej värdesaker.

### Tidtagning:

Alla löpare erhåller en sportident-pinne att fästa runt handleden (inte samma arm som ev GPS klocka!). Den registrerar automatiskt start, mellantider och måltid och avläses samt lämnas tillbaka efter målgång om man inte skall springa på lördagen också - för då gäller samma pinne.



### Startlista

Återfinns på <https://raceid.com/sv/races/6846> med exakt starttid efter lottning på onsdag kväll.

### Efteranmälan

Sker via <https://raceid.com/sv/races/6846>

### Marka

Hamburgare, korv, toast och dryck finns för försäljning vid målområdet.

### Sjukvård:

Det finns första hjälpen material tillgängligt vid tävlingscentrum. Förstås bra som alltid att ha med sig en elastisk linda när man springer.

### 1 km banan

Första start för 1 km klassen är klockan 17.30 och deltagarna släpps sedan iväg var 15 sekund. Starten sker ca 300 meter söder om målområdet. Här vill vi att vuxna medföljer till starten då klippkanten man går ovan på väg till starten är rejäl. Överlag får man som förälder gärna följa med sitt barn runt banan. Det kan vara lite blött och klurigt framförallt sista hundralet metrarna innan målet.

## 4 km banan

Första start för 4 km klassen är klockan 18.00, och deltagarna släpps sedan iväg var 15 sekund. Starten sker precis i anslutning till målet. Första kilometern är mer teknisk, följt av relativt snabbblöpt terräng innan en återigen tekniskt utmanande avslutning.

## Banmarkering

Sker med blå flaggor som sitter med 1-10 meters mellanrum och som i perioder förstärks med blå/gul och vit/gul icebug snitsel. Dessutom finns pilar i skarpa svängar. Notera att 4 km banan under hundratalet meter har ett parti där man springer i bägge riktningar under olika delar av loppet.

## Resultat:

Presenteras under kvällen på <http://www.trailserien.se> samt loppets facebook sida.

## Prisutdelning

Endast utlottade priser, lista anslagen vid målområdet.

Lycka till

David Holmberg

Tävlingsledare Havstrailen



*noname*

**sport**  
**ringen**

 **ICEBUG**