

BLEKINGE RIVER TRAIL



PM – Ultra River

Välkommen till första upplagan av Blekinge River Trail **ULTRA!**
Deltävling #5 i [Trailrunning Sweden Store Trailtour](#)

- Datum:** Söndagen 26 maj 2019
- Arena:** Norrevångsskolan i Mörrum
Följ ordinarie vägs skyltar mot Norrevångsskolan. [Hitta hit!](#)
- Parkering:** Fri parkering på markerade platser vid Norrevångsskolan, på villagatorna eller vid idrottsplatsen 200 m söder om Norrevångsskolan. Visa hänsyn och följ trafikregler.
-
- Start:** Klockan 8:00 på arenan.
- Anmälan:** Anmälan kan ske på Arenan på tävlingsdagen från 7:30 till 7:50
Avgiften, 600 kr, betalas kontant eller med Swish, nr 123 146 45 28.
- Ändringar:** För ev namnändring eller klassändring tas en administrativ avgift ut på 50 kr.
Klassändring görs i mån av plats.
- Nummerlappar:** Hämtas på Arenan på tävlingsdagen. Var gärna ute i god tid! Då får du även River Trail-tröjan. Din nummerlapp är din biljett till hamburgare efter loppet. River Trail-tröjan får löpare som är anmälda fram till 1 maj.
- Effektförvaring:** Vi har ingen effektförvaring, men ni kan använda depå-zonen som endast kommer vara tillgänglig för Ultra-löpare med nummerlapp.
- Tidtagning:** Elektronisk tidtagning med Racetimer. Tidtagningsschipet sitter i nummerlappen.
Löptiden startar kl.8:00. Varvtider tas vid passage av startportalen.
- Maxtid/Reptid** Passering av 40 km kommer att stängas kl.14:00 dvs efter 6 timmar.
Maxtid 8 timmar.
- Energistation** Vid arenan dvs vid varvning efter 20 km och 40 km. Dryck och energi kommer att erbjudas bl.a. bananer, russin, nötter, salta chips, CocaCola, saltgurka, apelsin
- Dropbag/Depå** Vid varvning på arenan kommer det finnas en Dropbag-Zone där löparna kan lämna sina väskor etc. Denna area kommer endast vara tillgänglig för Ultra-löparna.
- Resultat:** Resultat anslås på Arenan och presenteras efter tävlingen på [blekingerivertrail.se](#).

- Banan:**
- Bana:** Banan är totalt 3 varv, 2 varv på 20km banan med ett avslutande varv på 9,5km banan. Totalt ca 50 km.
 - Markering:** Banan är markerad med blå-vit snitsel samt orangea "enduropilar".
 - Vätska:** Vatten och sportdryck serveras vid ca 7,5 km, 16,5 km, 27,5 km, 36,5 km, 42,5 km.
Vi varningen efter 20 km och 40 km serveras vätska + energi.
 - Stigning:** Ultra River 50 km, stigning ca 640 m.
Första + andra varvet ca 240 m per varv och sista varvet ca 160 m.
 - Underlag:** Stig 86%, grusväg/asfalt 14%.
Stigarna är bitvis tekniskt krävande och består av stenar och rötter.
 - Vattenhinder:** På alla slingor passeras rinnande vatten. Vattendjupet är endast ca 50 cm och botten är fast.
 - Skjutning:** Det kan förekomma skjutning på jaktskyttebanorna där banan passerar. Dialog har förts med skytteföreningen och banans sträckning ligger utanför riskområdet.
- Medalj:** Finisher-medalj till alla fullföljande löpare.
- Avbrutet lopp:** Om du avbryter loppet måste du anmäla detta till någon funktionär.
- Servering:** Servering med hamburgare, godis, kakor, dricka och kaffe finns på Arenan.
- RiverTrail-tröjor:** Ett begränsat antal RiverTrail-tröjor finns till försäljning på Arenan.
- Dusch, toalett:** Dusch, omklädning och toalett finns i Norrevångsskolan i anslutning till Arenan.
- Priser:** Priser till de tre första i herrar och damer. Delsegrarvästar för Trailtouren till segrarna. Dessutom lottas priser ut för alla startande i hela tävlingen
- Första hjälpen:** Finns på Arenan samt hos funktionärer ute på banan.
- Tävlingsregler:**
- Tävlade skall följa den uppmärkta banan
 - Det är den tävlandes ansvar att ha koll på att man springer rätt antal varv
 - Tävlade skall följa instruktioner och anvisningar från funktionärer
 - All nedskräpning är förbjudet
 - Tävlade måste hjälpa andra tävlande om det inträffat en olycka eller om någon skadat sig
 - Om man bryter mot något av ovanstående leder det till diskvalificering
 - Allt tävlande sker på egen risk
- Bilder:** Arrangören kommer att ta bilder och filma i samband med tävlingen som sedan publiceras på nätet. I och med anmälan godkänner man att dessa bilder får publiceras

BLEKINGE RIVER TRAIL



Hemsida: blekingerivertrail.se
Arrangör: OK Skogsfalken
Tävlingsledare: Fredrik Smedberg, tel. 0768-800 807

**Visa hänsyn mot fiskare och andra längs banan.
Lycka till!**