



PM

SM Ultratrail 45km

19 sep 2021

Norra Fjället , Ljungskile

Tävlingstider: Samtliga klasser startar 10:00

Start: Norra Fjällets motionsgård, cirka 4km öster om Ljungskile

*Den exakta positionen för Norra Fjället är –  
(WGS84) Lat: N 58.2343, Long: E 11.9833  
(RT90) X= 6463114 Y= 1275524.*

Vägvisning : Följ skyltarna mot Bredfjället från gamla E6:an i Ljungskile, avfart strax norr om ICA, följ Arendalsvägen över järnvägen, håll vänster och följ Elsebergsvägen som ansluter till Fjällvägen där bebyggelsen slutar. Därefter ca 4 km längs Fjällvägen.

<https://kartor.eniro.se/s%C3%B6k/ljungskile-norra-fj%C3%A4llet>

OBS: Använd Eniro, undvik att använda google maps för den visar tyvärr helt fel.

- Parkering:** Finns i begränsad omfattning vid Norra Fjället, samåk gärna när det är möjligt.
- Samåkning:** Åk gärna med varandra! Vill ni samåka eller har ni plats i er bil så rekommenderar vi att ni går in på vår Facebook-grupp, klicka på länken nedan så kommer du till den officiella facebooksidan för eventet. Klicka sedan på "diskussion" så hittar du en tråd avsedd för samåkning. Länk till FB-eventet: <https://fb.me/e/2yOVbsKRK>
- Mat och dryck:** Alla deltagare får gratis mat i samband med målgång. Fika kan köpas i en enklare servering i området.
- Omklädning:** Omklädningsrum finns direkt vid startplatsen.
- Toaletter:** Toaletter finns också vid startplatsen.
- Tävlingsdräkt:** De aktiva skall bära reglementsenlig klubbdräkt.
- Skor:** Sulorna får vara högst 40mm tjocka inklusive eventuella personliga iläggsulor för samtliga löpare.
- Avprickning:** Senast 30 min innan start i samband med uthämtning av nummerlapp.
- Åldersklasser:** Slutgiltig åldersklassindelning anslås i samband med avprickning.
- Upprop:** Var på plats vid start senast 5 minuter innan utsatt tid.
- Efteranmälan:** Senast 60min innan start. Efteranmälningsavgift 600kr.
- Nummerlapp:** Avhämtas vid startområdet.
- Tidtagning:** Elektronisk chiptidtagning. Chipet sitter i nummerlappen. Tidtagningen startar på startskottet.
- Uppvärmning:** Det finns bl.a. ett elljusspår att värma upp på.
- Protest:** Skriftlig protest lämnas till sekretariatet senast 30 minuter efter det resultat anslagits. Samtidigt skall

protestavgift 500 kronor lämnas. Denna summa återbetalas om protesten godkänns

- Dopingkontroll: Dopingkontroller kan komma att genomföras i samband med tävlingarna varför den aktive skall ha med sig godkänt ID.
- Sjukvård: Sjukvårdare kommer att finnas att tillgå vid tävlingarna.
- Prisutdelning: I direkt anslutning efter att respektive klass tävlat klart.
- Resultat: Preliminära liveresultat inklusive varvning kommer att finnas på: <https://my.raceresult.com/179808/Live>
- Resultat presenteras sedan på Hälle IF:s hemsida, <https://raceid.com/sv/races/7781/result> samt friidrottsstatistik.se
- Bana: Banvarvet mäter cirka 22,5 km meter och löps två varv. Banskiss och gpx-fil finns på <https://raceid.com/sv/races/7781/about>.
- Servicestationer: Tre servicestationer finns utmed banan med vatten, sportdryck och enklare sjukvårdsartiklar typ plåster och stödbindor. Vid passeringen efter ett varv finns även lite enklare energitillförsel typ bananer, kex etc.
- Banmarkering: Banan är snitslad, avspärningar gjorda och vissa flaggvakter utsatta.

