



PM

SM Trail 36km

7 sep 2024

Norra Fjället, Ljungskile

Alla löpare springer på egen risk!

Tävlingstider: Samtliga klasser startar 11:00

Start: Norra Fjällets motionsgård, cirka 4km öster om Ljungskile. Banan löps medurs.

*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>

Parkering:	Finns i begränsad omfattning vid Norra Fjället, samåk gärna när det är möjligt.
Mat och dryck:	Alla deltagare får en gratis matig baguette 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:	Fritt val – det finns inga begränsningar i ultra-trail.
Avprickning:	Senast 30 min innan start i samband med uthämtning av nummerlapp.
Upprop:	Var på plats vid start senast 5 minuter innan utsatt tid.
Efteranmälan:	Senast 60min innan start.
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 (jury) 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:	Prisutdelning för seniorklasserna efter det att placering 1-3 kommit i mål. I veteranklasserna utdelas successivt i samband med målgång.

- Resultat:** Preliminära resultat inklusive mellantider kommer att finnas på: <https://my.raceresult.com/275517/>
- Resultat presenteras sedan på Hälle IFs hemsida, [https://www.halleif.nu/?page\\_id=9061](https://www.halleif.nu/?page_id=9061)
- Bana:** Banvarvet mäter drygt 18 km meter och löps två varv. Banskiss och gpx-fil finns på [https://www.halleif.nu/?page\\_id=9061](https://www.halleif.nu/?page_id=9061)
- Servicestationer:** Två servicestationer finns utmed banan, de ligger drygt 7km och 13km från start. På servicestationerna finns vatten, cola och chokladbollar. Servicestationerna vid 7 och 13km är svåra att ta sig till med bil på grund av dåliga vägar. Det finns en servicestation vid varvning där det även finns möjlighet till lagning/uppställning av egen mat&dryck.
- Banmarkering:** Banan är snitslad, avspärningar gjorda och flaggvakter finns.
- Utrustning:** Medtag gärna mobiltelefon. Telefonnummer till start och tävlingsledning 070-6843238.