

DELTAGARINFORMATION SÖNDAG 3 APRIL 2022

Flyktingloppets kansli är öppet följande tider.

Fredag Kl. 14.00 - 20.00

Lördag Kl. 14.30-19.00

Rennkontoret i Liernehallens öppettider

Fredag kl 15.00 – 20.00

Lördag kl 09.00 – 20.00

Söndag kl 08.00 –12.00

Övernattning:

Övernattningsmöjligheter i masslogi finns i Nordli och Gäddede

TRANSPORT:

Bussar avgår till starten i Nordli från busstation i Gäddede (Storgatan 20) Kl. 09.00.

Buss tillbaka till Nordli vid busstationen (Storgatan 20) kl.14.00. Bussar går fortlöpande. Sista avgång kl.17.00

Gratis parkering**Följ hänvisningar från parkeringsvakter!****Starttider:****OBS! 11.00:** Alla klasser. Gemensam start**Chip:** Chip i alla klasser, ska fästas runt höger fotleden**Åkteknik:**Endast klassisk stil gäller. Kontrollanter finns efter banan. **ALL passering ska ske i vänster spår!** Norska skidförbundets regler gäller.

Tjuvstart medför diskvalificering i samtliga klasser.

Reservstavar:

Det finns stavar för utlåning strax efter start och vid alla dryckesstationer undantaget den vid Torpet, ca. 11 km innan mål. Stavarna lämnas tillbaka tillsammans med startnummer.

Sjukvård:

Røde Kors sköter samband och sjukvård efter banan. Efter sista åkare körs en efterpatrull. Tävlingsläkare kan nå genom Røde Kors personal. Om ni upptäcker någon skadad åkare ber vi er ta kontakt med närmaste Røde Kors personal om startnummer och plats.

Dryckesstationer:

7 km (Kvelifjellet), 19 km (Nymyran), 29 km (Gränsröse), 34 km (Torpet), 38 km (Muruhatten)

Dryck: Enervit sportdryck samt vatten.

På dryckesstation 3 och 5 serveras bröd, kaffe och coca cola

Spärrtid:Du måste passera Torpet 32 km innan **kl. 15.15** för att få fortsätta in i mål

MÅLOMRÅDET:

Priser:

Alla som fullföljer Flyktingloppet 1. -10-året erhålls antingen minnesmedalj eller diplom. Pokal år 15, 20, 25 osv. som hämtas ut i prisboden.
I motionsklassen utlottas silversked genom lottdragning direkt efter målgång.

Fika:

Alla åkare får fika i skolans matsal

Dusch:

Duschar finns i Frostviksskolans anläggning.

Prisutdelning:

1/3 premieras i alla tävlingsklasser.

Prisutdelning i målområdet kl.14.45 för alla tävlingsklasser med plats 1 - 5. Närvaro krävs för att få pris.

Pris från 6:e plats och nedöver hämtas i prisboden

Resultatservice:

Resultatlistor hängs upp i målområdet

**Ha en bra dag i Flyktingloppets spår!
Flyktingloppet 2022**