

LØPERINFORMASJON LØRDAG 2. APRIL 2022

Rennkontoret i Liernehallen er åpent:

Fredag: kl 15.00 – 20.00
Lørdag: kl 09.00 - 20.00
Søndag: kl 08.00 – 12.00

Rennkontor/Kansli i Gäddede er åpent:

Fredag kl 14.00 – 20.00
Lørdag kl 14.30 – 19.00

Utdeling av startnummer til lørdagens renn ved startområdet fra kl. 08.00

OVERNATTING:

Overnatting på Stortangen skole og i Liernehallen.

Det er mulighet for å kjøpe mat i Liernehallen.

Alle oppfordres til å rydde på rommet før det forlates om morgenen.

Transport:

Gratis buss fra busstasjonen Storgatan 20 i Gäddede til start

Kl. 10.00.

Kl. 10.30

Kl. 11.00

Retur fra Gäddede til start: Første buss fra busstasjonen (Storgatan 20) kl. 14.00. Deretter fortløpende etter behov. Siste buss kl. 15.00.

Gratis parkering.

FØLG PARKERINGSVAKTENES INSTRUKSER!

Starttider:

Fellesstart kl. 11.30 Alle konkurranseklasser (H/D 15- 16, H/D 17-20, H/D 70).

Fellesstart kl. 11.40 Damer og herrer mosjon.

Fellesstart kl. 12.00 Familieklasser 12 og 17 km

Løypekultur:

Løpet går i klassisk stil. Det er kontroll flere plasser langs løypa.

Norges skiforbundets regler gjelder. **ALL passering skal skje i venstre spor!**

Tyvstart medfører diskvalifisering, gjelder ALLE klasser.

Stavposter:

Det er stavpost like etter start og ved drikkestasjon Muruhatten, 6 km fra mål. Stavene leveres tilbake sammen med startnummer.

Sanitet:

Det er Røde Kors-personell med samband og snøscooter langs hele løypa.

Etter siste løper kjøres etterpatrulje. Rennlege kan kontaktes gjennom Røde Kors.

Oppdager **DU** skadde medløpere, vennligst gi beskjed til nærmeste sanitetsvakt om startnummer og sted.

Drikkestasjoner:

I løype 17 km; etter ca 3 km, 6 km og 11 km.

I løype 12 km; etter ca 3 km og 6 km.

Drikke: -ENERVIT sportsdrikke, vann. På den siste stasjonen serveres det brødmat og Cola

De som **bryter løpet skal gi beskjed** til nærmeste sanitetsvakt/drikkestasjon eller sekretariatet.

Målgang:**Utmerkelser:**

Alle som fullfører 1.-10.året får medalje eller diplom. Pokal 15., 20., 25., — året. Premiene må hentes ut i premieboden.

I mosjonsklassen kan du i år være heldig å vinne en sølvskje. Det trekkes premier blant alle som fullfører rennet, deles ut etter målgang.

Mat: Alle løpere får mat i Frostviksskolan.

Dusj: Dusjer finnes i tilknytning til gymsalen i Frostviksskolan.

Premieutdeling:

Premieutdeling i Gäddede kirke kl. 15.00. 1/3 premiering i alle konkurranseklasser. Personlig oppmøte kreves for å få premie. Opplysning om hvem som skal ha premie finnes på resultat-tavla.

Resultatservice:

Resultatlistene henges opp ved inngangen til målområdet

Telefonnr:

Rennkontor Nordli: 95 02 93 32

Kansli Gäddede: +46 072 217 16 44

GOD FLYKTNINGERENNSHELG! *Hovedkomiteen for Flyktningerennet 2022*