

LØPERINFORMASJON SØNDAG 3.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

OVERNATTING:

Overnatting på Stortangen skole og i Liernehallen:

Det er mulighet å kjøpe mat.

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

TRANSPORT:

Gratis buss fra busstasjonen på Gäddede (Storgatan 20) kl 09.00 til startområdet i Nordli
Retur fra busstasjonen (Storgatan 20) til Liernehallen: første buss ca. kl 14.00,
deretter fortløpende etter hvert som busser fylles opp. Siste buss går kl. 17.00.

Gratis parkering.

FØLG PARKERINGSVAKTENES INSTRUKSER!

Starttid:

OBS! Fellesstart kl. 11.00 for alle klasser.

Brikke:

Brikker i alle klasser. Skal festes på ankelen.

Løypekultur:

Løpet går i klassisk stil. Det er kontroll flere plasser langs løypa. Norges Skiforbunds regler gjelder; – **ALL passering skal skje i venstre spor!**

Tyvstart medfører diskvalifisering, gjelder ALLE klasser.

Stavposter:

Det er stavpost like etter start og ved alle drikkestasjoner unntatt den i Torpet, ca 11 km fra mål. Lånte staver 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 via Røde Kors.

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

Drikkestasjoner:

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

Drikke: -ENERVIT sportsdrikke og vann. På drikkestasjon 3 og 5 serveres det også brødmat, kaffe og Coca Cola.

SPERRETID: Du må passere Torpet, 32 km innen kl 15.15, for å få fortsette

Flyktningerennet

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

MÅLOMRÅDET

Utmerkelser:

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

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

Mat: Alle løpere får mat i Frostviksskolan.

Dusj: Dusjer finnes i tilknytning til gymsalen i Frostviksskolan.

Premieutdeling:

Premieutdeling ved målområdet kl. 14.45. 1/3 premiering i alle konkurranseklasser.

Personlig oppmøte kreves for å få premie. Premier fra og med 6. plass og utover må hentes i premieboden.

Resultatservice:

Resultatlistene henges opp ved inngangen til målområdet.

Telefonnr

Rennkontor Nordli 95 02 93 32

Kansli Gäddede: 072 217 16 44

GOD FLYKTNINGERENNSHELG!
Hovedkomiteen for Flyktningerennet 2022