



PM RAMUNDBERGET TRAIL GIEJE 21/7 2018

| | |
|--------------------------|--|
| Tävlingsexp. | Ramundberget Gästhuset Lördag 21/7 från 08.00 |
| Tävlingsplats | Ramundberget |
| Nummerlappar | Hämtas på tävlingsexpeditionen lördag 08.00-09.30 |
| Bangenomgång | Lördag 21/7 kl.09.30. Plats: Fjällgårdstorget Ramundberget |
| Klasser/ Distans | |
| Starttid | H/D 21 22 km start kl.10.00 H/D 21 12 km start kl.10.00 Mickelinas Trail 1,1 km start kl.13.00 |
| | OBS! Vid dåligt väder kan banan ändras till lågterräng. |
| Startform | Masstart. Båda distanserna och klasserna startar samtidigt. Startjingel |
| Tidtagning | Chip på nummerlapp. Nummerlapp fästes vänlig synlig fram. Vi använder oss av EQ Timing. Tidtagningen sker genom chipet som är kopplat till startnumret. |
| Efteranmälan | Kan ske ända fram till start 10.00 via www.ramundbergettrail.se |
| Vätskekontroller | 22 km banan: Vid 6 km & 16 km 12 km banan: Vid 6 km |
| Kläder | De tävlande får själv ombesörja omhändertagande av överdragskläder vid start/ mål. |
| Dusch/ Omklädning | Fjällgården och Fjällgårdstorget Ramundberget mot uppvisande av nummerlapp. |

Lunch Fram till 14.00 serveras det lunch på Mor Britas. Från 14.00 erbjuds barmeny och mingel inne på Agaton, Fjällgården.

Obligatorisk utrustning 22 km

Första förband
Vindtät jacka bestäms vid start
Behållare för minst ½ l vätska
Mobiltelefon med banchefens nummer inprogrammerat
för att kunna användas i nödfall +46 70 303 33 90
Appen "Fjällsäkerhet" för koordinaterna vid olycka.

Nedskräpning Nolltolerans. Allt skräp ska tas med till målgång eller lämnas på en vätskekontroll.

Respektera Tävlingen genomförs på renbetesfjäll, särskild hänsyn skall tas till renar i området för att undvika störningar.

Sjukvård Sjukvårdskunnig personal finns på arenan. Vid sjukdom/ olycka är du som medtävlade skyldig att på bästa möjliga vis bistå de/den skadade/sjuka. Om tävlande bryter, måste detta meddelas till tävlingsledare.
Vid allvarig olycka ring direkt till 112.

Prisutdelning Kl.12.30 på Fjällgårdstorget, Ramundberget

Priser Topp tre i varje klass samt medalj till alla.
Utlottningspriser bland alla tävlande i 22km & 12 km klasserna.
Mickelinas Trail där alla får pris och medalj vid målgång.

Tävlingsorganisation

| | | |
|------------------|-----------------|----------------|
| Tävlingsledare | Mats Erlander | + 46 703203792 |
| Sekretariat | Sandra Landén | +46 706791767 |
| Banchef | Jonas Lindqvist | +46 703033390 |
| Tidtagningsschef | Sandra Landén | +46 706791767 |

Tävlingsregler Svenska Friidrottsförbundets regler gäller. Tävlande, funktionärer och åskådare medverkar resp. närvarar vid tävlingen på egen risk.

