



PM Herrestad-fjäll-maraton

Lördagen den 23 april 2022

Klasser 42 km start 10.

7 km hundklass start 10.05.

24 km start 12.45.

14 km start 12.55.

7 km start 12.55.

Allt deltagande sker på egen risk.

Sekretariat Öppnar 8.30. Hämta startkuvert med: nummerlapp och tidtagningschip

Efteranmälan .1 mån av plats mot förhöjd avgift (+100kr).

Information Tävlingsens hemsida:

Tävlingscenter (TC): Uddevalla OK:s klubbstuga/Bulid (Bulid 120 på Google maps). Vägvisning med **och parkering** röd vita orienteringsskärmar från RV 44, Fjällvägsmotet. Tag vänster vid Ramneröds skola och kör ytterligare c:a 1 km. Parkera på anvisad plats: antingen på grusväg eller på bussgatan (höger sida). C:a 1-10 min promenad till TC.

Ombyte Kom gärna ombytt. Väskförvaring under tak finns. Det kan bli trångt inför start. Efter målgång finns möjlighet för dusch inomhus och utomhus. Toaletter finns vid TC.

Tidtagning Med **Arena time**. "Inget chip ingen tid". Borttappat chip ersätts med 800 kr.

Markeringar Banan är markerad med röd vita snitslar och med ledmarkeringar, studera kartorna före loppet. Tidtagningsstationer/kontroller är bemannade.

Regler Att i avsikt att gena välja en annan väg än den utmärkta medför diskning. Deltagarna ansvarar för att ta rätt väg.

Vätska/energi 4 st/varv för 24/42 km-banan, 1 st/varv för 7/14 km-banan. Vatten, Umara sportdryck, banan

Prisutdelning Priser till de tre främsta i 42km, 24km, 14km och 7km, (dam/herr) och 7 km hundklass. Prisutdelning c:a kl 15:30 eller när respektive klass är avgjord. Alla får medalj.

Försäljning Café med hamburgare, kaffe, fika och godis

Tävlingsledare: Fredrik Olsson, 0702 830 117.