

LÖPAR-PM



Allt du behöver veta för ett lyckat lopp genom Österlens mest lysande novembernatt

VÄLKOMMEN TILL ÖSTERLENMARAN 2017

Här kommer vårt Löpar-PM med all information om Österlenmaran 2017: loppet, nummerlappsutdelning, säkerhet, regler m.m. Vi ses i helgen i Simrishamn!

TÄVLINGSDAG OCH STARTTID

Lördagen den 4 november 2017

Start 18.00 från Stortorget Simrishamn

Mål halvmaraton: Blå Huset Borrby

Mål maraton & stafett: Stortorget Simrishamn

KLASSER

Maraton & stafett (6 löpare) 42 km

Halvmaraton 21 km

NUMMERLAPPSUTHÄMTNING

Fredag 3 november 16-18

Lördag 4 november 10-12, 15-17

Café Kagan Stortorget Simrishamn

Med varmt tack till:



Rent a Tent®



VERANDAN
Skillinge



BRANTEVIK
RÅKULLE

WWW.SIMRISALG.SE

Simris

ALGAE FARMED, GROWN AND HARVESTED IN SWEDEN

LOBAS



BASKET



Ställningsmontage SYD

TRANSPORTER

Transport från Borrbby till Simrishamn efter målgång för halvmaratonlöpare

Minibuss går från Borrbby Blå Huset till Simrishamn Stortorget. Bussen avgår när den är full med löpare, från och med ca. 20:00. Sista turen går 21:15, se till att inte missa denna! Nummerlappen gäller som biljett. Observera att vi endast har plats för löpare, och inte medföljande.

MAXTIDER

Maxtiden för maraton är sex timmar och för halvmaraton tre timmar. Av säkerhetsskäl har vi även reptider, dvs. tider då man senast måste ha passerat vissa kontroller för att få fortsätta i tävlingen. Funktionär har vid dessa kontroller rätt att plocka löpare av banan som inte bedöms klara loppet inom maxtiden.

Reptider halvmaraton:

- Mål Borrbby (21,1 km): 3.00 timmar (kl. 21:00)

Reptider maraton & stafett:

- Borrbby (21,1 km): 2.45 timmar (kl. 20:45)
- Skillinge (30 km): 4.00 timmar (kl. 22:00)
- Brantevik (37 km): 5.00 timmar (kl. 23:00)
- Mål Simrishamn (42,2 km): 6.00 timmar (kl. 00:00)

Maratonlöpare som i Borrbby inte klarar reptiden för maraton, men under maxtiden för halvmaraton, får officiell sluttid och medalj som halvmaratonlöpare.

Utdelning av nummerlapp

På Café Kagan, Stortorget Simrishamn. Tider fredag: 16:00-18:00, lördag: 10:00-12:00 och 15:00-17:00.

Överdragskläder/påsinlämning

Vid nummerlappsutdelningen får du en påse till dina överdragskläder som du kan lämna in vid starten i Simrishamn och återfå vid målgången i Simrishamn respektive Borrbby. Se till att påsen hamnar i rätt transport. Påsen skall märkas med ditt startnummer och förslutas innan inlämning. Märkningstagg och buntband får du vid nummerlappsutdelningen.

Vi ansvarar ej för värdesaker.

Utrustning

Pannlampa och reflexväst är obligatoriskt. Det är mycket mörkt ute på vägarna, så satsa gärna extra på god belysning. Vädret på Österlen under november kan vara nyckfullt. En lätt ryggsäck med extra värme/överdragskläder är att rekommendera.

Banan

Start på Stortorget i Simrishamn, sedan springer vi längs kusten via Brantevik, Skillinge, Örnahusen och Kyl till Borrbby. Här går halvmaratonlöpare i mål. Stafett- och maratonlöpare springer sedan tillbaka till Simrishamn. Banan går till största delen på asfalterad cykelväg och cykelled. En nedladdningsbar karta över banan hittar du via denna länk: [ÖSTERLENMARAN 2017](#).

Studera kartan noga innan loppet, så minskar du risken att springa vilse. Loppet går i mörker och vägmarkeringar syns dåligt. Var uppmärksam vid korsningar och vägval.

Tidtagning och avprickning

Tidtagning sker av funktionärer vid målgång. Se till att din nummerlapp är väl synlig. Maratonlöpare och stafettlöpare prickas även av i Borrbby för mellantid. Stafettlöpare byter av vid vätskekontrollerna i Brantevik, Skillinge och Borrbby. I Brantevik och Skillinge är avprickning av stafettlöpare ej nödvändig.

Om du tvingas bryta

Om du tvingas bryta loppet **måste** du kontakta funktionär vid närmaste kontroll eller tävlingsledningen på 0761 345 474. Eftersom loppet går i mörker är vi mycket måna om att alla som startar kommer fram i säkerhet, och inte försvinner längs vägen.

Vätskekontroller

Finns i Brantevik vid Råkulle Vandrarhem (5 km och 37 km), Skillinge vid Verandan (12 km och 30 km), Kyl (17 km och 26 km) och

Borrbby (21 km). Vid stationerna finns vatten, dryck (äppelmust eller blåbärs-soppa), samt något att äta (bulle, frukt m.m.).

Omklädning

Det finns inga riktiga omklädnings-möjligheter i vid start och målgång i Simrishamn och Borrbby. Vi uppmanar alla er som har möjlighet att klä om hemma.

Åskådare

Råkulle i Brantevik, Verandan i Skillinge, Blå Huset i Borrbby och Café Kagan i Simrishamn har öppet under kvällen. Här kan du ta en kopp kaffe eller äta en bit mat medan du hejar på dina favoritlöpare när de springer förbi vätskestationerna eller går i mål.

Överlåtelse av startplats och/eller byte av sträcka

Överlåtelse/namnändring av nummerlapp och byte av sträcka sker till och med den 2 november på webben till en avgift på 50 SEK. [Följ denna länk](#). Därefter sker byten på Café Kagan vid nummerlappsutdelningen fredag 16-18 eller lördag 10-12 till en avgift på 100 SEK. OBS! Det går inte att ändra namn eller sträcka vid andra tillfällen än angiven tid. Kom i god tid!

Nummerlapp

Nummerlappen ska under loppet bäras synlig på bröstet. Det är viktigt också för att vi ska kunna registrera din tid.

Parkering och lokala kommunikationsmedel

Det finns gott om parkeringsmöjligheter nära Stortorget i Simrishamn. Tåg mot Malmö/Lund och buss mot Kristianstad och Lund avgår från Simrishamns station.

Skyldigheter och ansvar

Alla deltagarna i loppet ställer upp på egen risk. Österlenmaran eller dess arrangörer och samarbetspartners kan inte hållas ansvariga om du råkar ut för någon skada. Ställ inte upp i loppet om du är sjuk eller har någon skada.

Resultatlista

Kommer någon dag efter loppet på www.osterlenmaran.com

Arrangörer

Österlenmaran arrangeras i år av Simris Alg AB tillsammans med lokala föreningar, företag och Österlen lyser.

- E-post: osterlenmaran@gmail.com
- Tävligen officiella hemsida: www.osterlenmaran.com

Frågor? Se hemsidan! Väl mött i helgen.