



PM för Stora Vildmannaloppet

Söndag 26 januari 2020

- Plats:** **Rödåsel**
Ca 35km från Umeå efter väg 363 mot Vindeln.
- Start:** Gemensam start för samtliga kl.11.00

Startzoner i ordningen elit, tävlingsklass, motion. Skyltning vid start.
Obs! Elitedet är endast ca 20 platser.
- Bana:** 41,5 km (3 x 13 km + 2,5 km spurtvarv)
16 km (13 km + 2,5 km spurtvarv)

Banan är 13 km lång. En 2,5 km lång sträcka av banan fungerar som spurtvarv, den körs alltid som första och sista varv oavsett sträcka.

Det skiljer ca 70 meter mellan banans högsta punkt som är vid start/mål/varvning och lägsta punkten på banan. Den största delen av banan går på öppna åkrar men det finns också passager genom skogen och längs elljusspår. Längs en 300 meter lång sträcka (precis när man lämnat/kommer tillbaka till start och målområde) möts åkarna, det finns gott om plats men vi manar ändå till försiktighet.

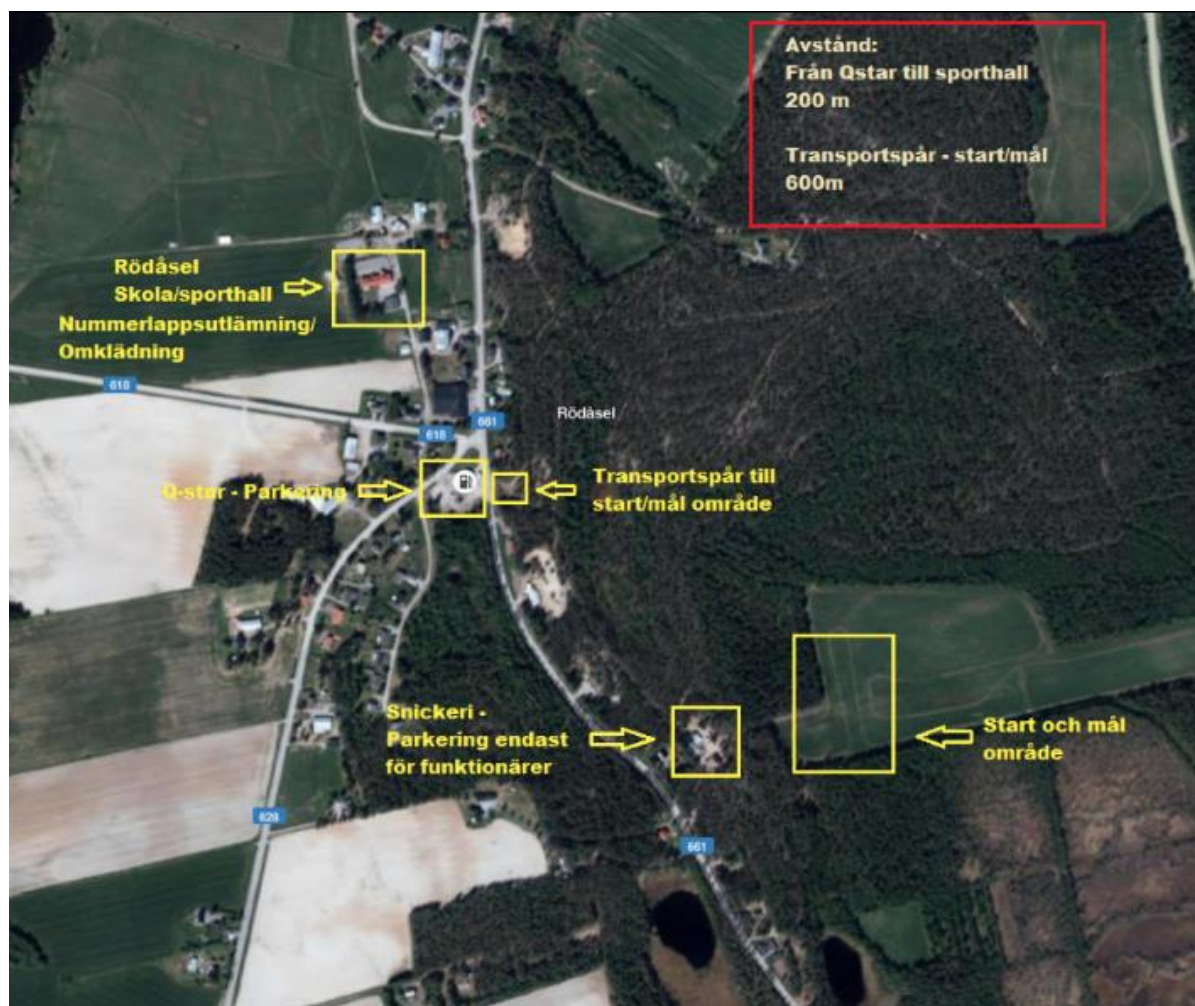
Banan är preparerad med skoter och spårsladd/spårdragare. Stavfästet är generellt bra men varierande. Dubbelspår finns på i stort sett hela banan.

Visa hänsyn och försök så långt det går hålla vänster spår fritt för omkörning.

Banskiss finns på IFK Umeå Skidors hemsida. Klicka vidare till Vildmannaloppet – Stora Vildmannaloppet.
- Vätska:** Vatten och sportdryck vid varvning på start och målområdet.

Varvning:	Sker nere inne på start och målområdet. Kommer vara skyltat. Eget ansvar att åka rätt antal varv.
Parkering:	Vi hänvisar all parkering till Q-stars parkering. Är den full får ni ställa er efter vägen, dock ej trafikfarligt eller så ni blockerar vägen för utryckningsfordon. Ingen parkering vid Rödåsels skola.
Efteranmälan:	Kl. 08.00-10.00 i Rödåsels sporthall. Se karta. Avgift: 450 kr för 41,5 km och 300 kr för 16 km. Betalning via Swish eller kontant, med jämna pengar. De som önskar använda loppet som seedning inför Vasaloppet uppmanas att vara redo att ange sitt Vasalopps ID vid anmälan.
Nummerlappar:	Nummerlappar hämtas i Rödåsels sporthall från kl. 09.00. När ni hämtar nummerlapp kommer ni även få en platsäck som ni ska skriva ert startnummer och namn på. Den säcken kan ni lägga era överdragskläder i och lämna på anvisad plats på start och målområdet. Ta med ett ombyte och jacka upp till start/mål då det är en bit ner till dusch/omklädning.
Omklädning/WC:	Dusch och toaletter finns i sporthallen där man hämtar nummerlappen. Toavagnar kommer även finnas uppe vid startområdet. Ta med ett ombyte och jacka upp till start/mål som ni lägger i er påse, då det är en bit ner till dusch/omklädning.
Priser/ prisutdelning:	Priser till de tre snabbaste i herrarna respektive tre snabbaste damerna på 41,5 km. Prisutdelning kl.14.00 vid start och målområdet. I övrigt utlovningspriser bland alla startande som kan hämtas efter målgång på anvisad plats vid sekretariatet, lista sätts upp på anslagstavlan vid sekretariatet. Alla deltagare får medalj vid målgång.
Sjukvård:	Sjukvårdsutbildad personal finns att tillgå i anslutning till start och målområdet
Servering:	Alla åkare får en banan vid målgång. Försäljning av hamburgare samt fika finns vid start och målområdet.
Regler:	Svenska Skidförbundets regler gäller. Endast klassisk åkteknik får användas under tävlingen. Deltagandet sker på egen risk. Arrangören har rätt att plocka av åkare som inte passerat sista varvning senast kl 14:15. Observera att det finns en maximal stavlängd, 83% av kroppslängden med pjäxor, stickprovskontroller kan förekomma.
Köldgräns:	-20 grader.
Vallning:	All vallning sker utomhus
Övrigt:	Tänk på miljön, släng inte skräp i skogen!
Upplysningar:	Tävlingsledare Anna Isaksson 070-689 07 62

Karta över området:



Banskiss:

