



Genarps IF arrangerar GIFT 2026

Genarps IF Trail 5K, 10K och 25K – 29/03

Välkommen till en Traillöpartävling i Genarps vackra natur!
En tuff, rolig och utmanande sträcka på **5, 10 eller 25 km** med kring **50, 200** respektive **500** höjdmeter.

Allmänt

GIFT - Genarps IF Trail 5, 10 resp. 25 km är öppna för alla löpare, motionär som elit.

Förtydligande, du behöver inte vara ansluten till någon klubb för att delta, alla löpare är välkomna.

Tävlingsdag och starttid

Starten sker på Ekevallen i Genarp söndag den 29 mars 2026.

25K	kl. 09:30
10K	kl. 10:30
5K	kl. 12:45

Observera att vi på tävlingsdagen ställer om till **sommartid!**

Obligatorisk genomgång kommer att ske vid starten cirka 5 minuter innan start.

Chiptidtagning med bruttotid, dvs loppet startar vid startskottet.

Klasser

25K: Dam-(K) och herrklass(M)

10K: Dam-(K) och herrklass(M)

5K: GIFT-BUM – Barn-Ungdom-Motionär: Dam-(K), herr-(M), flick-(F17) och pojkklass(P17)

Löpare måste fylla minst 17 år i år för att kunna delta på distansen 25K.

Startlistor

Finns på:

<https://www.sportstiming.se/event/17217>

Obs Ingen efteranmälan på plats till 25- och 10-kilometerssträckorna.

Parkering

Parkeringsplats finns på Ekevallen. Samåk gärna. Observera att staketet runt den gräsbeklädda extraparkeringen under inga omständigheter håller för att vare sig barn eller vuxna klättrar på det. **Gå runt om!**

Omklädning, toalett och dusch

WC, omklädning och dusch kommer att vara tillgängligt. Hjälp till att hålla god hygien.

Nummerlappar

Hämtas på tävlingsdagen senast 40 min före start. Ska bäras på framsidan av bröstet under hela loppet. Om löpare bryter tävlingen ska nummerlappen tas av och lämnas till funktionär. Uppge gärna ditt startnummer för att underlätta vid uthämtning av nummerlappar. Startlistor finns på <https://www.sportstiming.se/event/17217>, ange ditt startnummer när du hämtar ut nummerlappen.

Rekommenderad utrustning

- Mobiltelefon
- Vatten (åtminstone på de längre sträckorna)
- Första hjälpen, inklusive elastisk linda

Regler & Säkerhet

Alla deltar på egen risk. Ingen sjukvård finns på plats.

Det är förbjudet att skräpa ner under loppet. Allt som tas med vid start ska tas med tillbaka till målet eller slängas vid vätskekontrollerna. Vi uppmanar deltagarna att visa största hänsyn till naturen.

Det är självklart och obligatoriskt att vid behov hjälpa andra löpare.

Banan

Banans start och mål är på Ekevallen i Genarp. Banan går längs stigar och skogsvägar på Romeleåsen. Vi springer banan moturs i år!

Banan är markerad med orangea små flaggor och vita spraymarkeringar på marken.

GPX-filerna visar banans ungefärliga sträckning och finns bifogade med PM. Banornas längd är 5,0 km, 10,4 km och 25,7 km. Om GPX-fil och markering skiljer sig åt är det markeringen som gäller.

Tidsgräns

Vi har ingen tidsgräns utan loppet är slut när alla tagit sig i mål efter bästa förmåga.

Resultat

Presenteras på plats, på Genarps IF hemsida och hos sportstiming.

<https://www.sportstiming.se/event/17217>

Brutet lopp:

Deltagarna som bryter loppet måste meddela tävlingsledningen snarast. Prata med en funktionär och lämna in nummerlapp eller ring på 0768-699970

Vätska och förtäring (Sportdryck Umara)

10 Km:

Km 5,6: Vatten

Mål: Vatten, coca cola, mat

25 Km:

Km 7,9: Vatten, coca cola, sportdryck (umara), mat (nötter, chips, banan, giffel)

Km 15,0: Vatten, coca cola, sportdryck (umara), mat (nötter, chips, banan, giffel)

Km 20,7: Vatten

Mål: Vatten, coca cola, mat

5 Km:

Mål: Vatten, coca cola, mat

Du får gärna ta flera glas dricka på stationen men återanvänd då engångsmuggen och låt oss fylla på den. Eller ta med egen mugg eller flaska.

Tröjor

Förbokad tröja hämtas ut med nummerlappen. Årets tröja har bara tryckts upp enligt förbeställning och kommer inte att finnas till försäljning på plats.

Priser

Priser delas ut till de tre främsta i de 8 allmänna klasserna (K/M/F17/P17) samt ett antal lottade priser. Lottade startnummer med vinst kommer att anslås och hämtas vid målets vätskekontroll.

Prisutdelning

Kommer att ske när de tre första damer och herrar, samt för 5 km, flickor och pojkar, för distansen gått i mål. Preliminära tider är:

kl 12:00 för 10K

kl 13:00 för 25K

kl 14:00 för 5K

men beroende på målgångstider kan den ske såväl tidigare som senare.

Skåne Trailcup

GIFT 25 km är första deltävling i Skåne Trailcup, cupen för alla löpare som springer för en förening ansluten till Skånes Friidrottsförbund. Går du i mål på GIFT 25 km för en sådan förening deltar du automatiskt i cupen. Det finns priser att vinna för löpare på alla nivåer och årets Trailförening kommer att utses. Läs mer här:

<https://skanefriidrott.org/tavlingar/spring-i-skanes-trailcup-2/> Nästa lopp i cupen är [Hässleholmsloppet](#) 21 km söndagen den 12 april.

Servering

Efter målgången kommer du att bjudas på hamburgare för 25 km och 10 km och korv med bröd för 5 km samt alkoholfri öl eller läsk. Har du andra matbehov, tex allergier, glutenfri-vegetarisk- eller vegankost så maila oss på friidrott@genarpsif.se senast fredagen den 27 mars kl 15:00 så ska vi göra vårt bästa för att lösa det.

Kiosken, som säljer kaffe, korv, fika, dricka och tilltugg, kommer att vara öppen under dagen.

Samarbetspartner

Stort tack till Björnstorp och Svenstorpss godsförvaltning och övriga markägare.

Sponsorer

Stort tack till våra sponsorer som bidrar till priser och genomförande.

Löplabbet, Umara, ICA nära Genarp, GLF, Bondekocken, Tockafarmarens Ungtupp, Vismarslövs Café & Bagarstuga, Anette Eggert Författare, Ottosson Färgmakeri AB

Genom din anmälan godtar du att ditt namn och resultat publiceras offentligt på start- och resultatlista. Eventuella filmer och bilder som tas under tävlingen kan komma att användas i annonsering för kommande tävlingar, på vår hemsida samt sociala medier. Om du som deltagare inte godkänner detta ombeds du meddela oss på e-post:

friidrott@genarpsif.se



Stjärnskugg när den är som bäst



Anette Eggert
Författare
www.anetteeggert.se