

Mälarenergi **NightRun**

SURAHAMMAR – SKULTUNA 27 SEPTEMBER 2018

Tävlings-PM

Tävlingsdag: Torsdag 27:e september 2018

Tävlingsplats: Den nya Vatten- och Fjärrvärmeledningen mellan Surahammar och Skultuna. Mål i Ishallen i Skultuna.
Kvarnbackahallen, Västeråsvägen 29, 726 31 Skultuna

Parkering: Parkering i Skultuna och Surahammar vid befintliga parkeringar i samhället. Det är ej tillåtet att parkera där av- och påstigning av bussar ska ske.
Inga parkeringsvakter och ingen parkeringsavgift.
Ingen parkering eller avlämning är tillåten vid start för korta natten 5 km.

Klasser/Banlängder: Herrar Långa natten 13km
Damer Långa natten 13km
Herrar Korta natten 5km
Damer Korta natten 5km

Tidtagning/resultat: Tidtagning sker och resultaten kommer att anslås vid målet samt finnas online via <http://nightrun.malarenergi.se>.

Deltagarmaterial: Allt material (chip och nummerlapp) delas ut från kl 17.00 vid ishallen i Skultuna på tävlingsdagen. Obs! Var ute i god tid!
Nummerlappsfärger:
Korta natten damer – röd, Korta natten herrar – röd
Långa Natten damer – svart, Långa Natten herrar – svart



- Chip:** Tidtagningschipet ska fästas med det medföljande gula bandet runt den handled man inte har klockan på.
Chipet måste lämnas tillbaka efter målgång. Bryter man loppet efter banan måste man lämna chipet till en funktionär om man inte själv kan ta sig till målet.
Ej återlämnat chip kommer att debiteras med 700 kr.
- Bussning:** Avfärd till start för långa natten 13 km: kl 18:00
Avfärd till start för korta natten 5 km: från ca kl 18:55
Kom i god tid så att logistiken med bussning fungerar.
Följ funktionärens anvisningar.
Bussning innan start ingår i startavgiften.
Buss tillbaka till Surahammar EFTER målgång kostar 40 kr.
Avgångstiden meddelas av speakern.
- Start:** 13 km start 19:30
5 km start 20:00
Karta över starten se <http://nightrun.malarenergi.se>
- Startlista:** Finns på <http://nightrun.malarenergi.se>
- Reflexväst:** Obligatoriskt att använda. Reflexväst finns att köpa vid ishallen för endast 40 kr från vår samarbetspartner Länsförsäkringar Bergslagen.
- Pannlampa:** Rekommenderas starkt. Om man inte har en pannlampa så finns ett attraktivt erbjudande från vår partner Letro Sport. Se <http://nightrun.malarenergi.se>
- Maxtid:** 2 timmar.
- Banprofil och Karta:** Banan kommer att vara väl markerad. Banvakter finns längs med banan. Varje km är utmärkt med eld och km-skylt. En grupp med cyklister kommer att cykla före de tävlande som springer långa natten. För banprofil och karta se <http://nightrun.malarenergi.se>
- Terräng:** Underlaget är mestadels fin grusväg i skön och vacker natur, svagt kuperad terräng. Banan avslutas på asfalt ca 2 km, bl a genom Skultunas vackra bruksområde.
- Vätska:** Två vätskekontroller på 13 km-banan och en på 5 km-banan, samt vid målgång. Vatten och sportdryck. Försvarsmakten och Profeel bemannar vätskekontrollerna vilket kommer att märkas.



- Efteranmälan:** Efteranmälan kan göras på tävlingsdagen i mån av plats (deltagartak 700). Avgift 495 kr.
- Ändringar:** På tävlingsdagen vid tävlingsarenan kl 17:00-17:45. Ändring av löparuppgifter kan ske efter att chipet har hämtats ut. Blankett finns vid utlämningen av deltagarmaterial.
- Priser:** Hederspriser delas ut till de tre främsta i klasserna. Bland övriga deltagare lottas det ut fina priser från våra sponsorer Skultuna Mässingsbruk, Letro Sport och Gilla Grilla. Bland alla deltagande lag lottas 9 st priser ut. Två lag har chansen att vinna grillkurs hos Gilla Grilla värd 3920:-. Bland alla deltagande löpare lottas också ett antal priser ut. Vinnande nummerlappsnummer anslås vid arenan och priserna hämtas vid prisbordet. Prisdeleningen startar ca 45 min efter första målgång. Ej avhämtade priser tillfaller arrangören.
- Överdragskläder:** Transporteras från start till mål. Överdragskläderna läggs i sopsäckar vid starten. Se till att kläderna är märkta eftersom kläderna blandas med andra deltagares i sopsäckarna.
- Omklädning/dusch:** Det finns omklädningsrum och duschar vid arenan.
- Toalett:** Finns vid målområdet och starterna(begränsad kapacitet).
- Sjukvård:** Deltagande sker på egen risk. Första hjälpen kommer att finnas på arenan från kl. 18.00 till tävlingens slut och är i första hand till för tävlande. Efter banan finns terrängfordon och varje km är bemannad. Efter sista löpare från 13 km starten följer en cyklist som har med sig första hjälpen utrustning.
- Väskförvaring:** Möjlighet att förvara sin väska under tak kommer också att finnas på arenan.
- Värdeförvaring:** Under loppet finns det möjlighet att lämna in mindre värdesaker så som plånbok, nycklar och mobiltelefon, i en bevakad värdeförvaring på arenan. Värdeförvaringen är gratis.

Mat:	GillaGrilla Meny - 2 rätter 1) PULLED PORK PÅ VÄSTMANLÄNDSKA 2) DIDRIK'S ÄRTBURGARE VEGAN Pris 80:-. Reservation för slutförsäljning på arenan. Serveringen av mat är öppen från 17.30. Enklare förtäring efter målgång ingår för deltagarna. På arenan finns en kiosk med fika och godis.
Betalning på arenan:	Kontanter och Swish går bra att använda som betalning.
Speaker:	Martin Vare och Johan Ahlström.
Övrigt:	Vattenflaska erhålles vid Mälarenergis husbil. Medalj och goodiebag delas ut efter målgång.
Tävlingsledning:	Tävlingsledare Johan Ahlström, tel 076-569 03 68

PM version 2018-09-22

