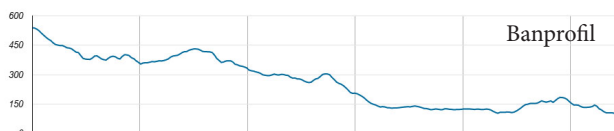




Välkomna till Hovfjället Trail Run 31 aug 2024



PM med lite uppgifter att tänka på. För övriga frågor, kontakta oss.

Anmälan: Anmälan sker online på www.hovfjallettrailrun.se. Startavgift 300 kr för 11 km, 500 kr för 28 km och 700 kr för 55 km. I samband med anmälan finns möjlighet att boka transport (buss 50:-) till starten. För 55 km behöver transport inte bokas.

Klasser: Sex klasser: 11 km dam/herr, 28 km dam/herr, 55 km dam/herr. Plakett till alla deltagare.

Samling: Björnevi IP Torsby. E45, sväng av i Toriarondellen mot centrum. Kör rakt fram, passera OK/Q8, och kyrkan. Ta sen vänster över järnvägen mot Torsbybadet. Rakt fram ligger Björnevi IP. Där anmäler ni er och får nummerlapp och dropbag.

Samling senast kl.06.00 (för 55 km) kl.08.00 (för 28 km) och kl.10.30 (för 11 km).

Nummerlapp skall bäras fullt synlig framtill. Busstransport sker därifrån till startplatserna.

Mobiltel.: Ta med mobiltelefon som extra säkerhet.

Dropbags: Vid samlingen får du en plastpåse (dropbag). Den lämnar du vid starten med dina överdragskläder och annat. Vi transporterar påsen till målet.

Start: **55 km** vid skidstadion, Valberget kl 07.00.

Maxtid till Hovfjället är 4 tim sen dras repet.

28 km på Hovfjället kl 10.00, buss avgår kl.08.45.

11 km start vid Mjögssjön kl 12.00, buss avgår kl.11.00.

Mål: **Målgång** för alla på Björnevi IP.

Märkning: Utefter leden finns käppar med orange märkning, och banan är också utmärkt med blå pilskyltar och plastband. Från Hovfjället finns km-skyltar vid 10, 15, 20, och 25 km.

Underlag: Stig, skogsbilväg, spångar, belagd löparbana (fr.skidstadion) Risk för blöta partier.

Vätskekontroller: För 11 km vid 5 km, för 28 km vid 9, 15, 22 km. För 55 km finns vattenflaskor vid Mjögssjön, Kajshöjden och vid vändningen på toppen av Hovfjället, därefter som för 28 km. Dryck, bananer, godis, chips, saltgurka, giffjar finns vid kontrollerna och vid målet.

Övrigt: Dusch/omklädning på Björnevi IP. Om du tvingas bryta

MEDDELA oss på något av telnr. nedan. Efter loppet kommer det finnas bilder på vår hemsida och Facebook. Mobila sjukvårdare kommer finnas utefter banan Hjärtligt välkomna!

Info och anmälan: www.hovfjallettrailrun.se



**Behöver du bryta eller i behov av sjukvård
RING någon av nedanstående**