

PM Upplevelselöpning på Sommarlandsbanan

Under de rådande omständigheterna så känns det extra roligt att kunna välkomna er till vårt arrangemang. Även om inte detta var vad vi tänkt oss så hoppas vi att ni ska få en härlig dag på vår fina bana.

Upplägget är enkelt. Vi kommer att ha 4 st grupper som kommer att hålla olika tempo. Du väljer själv vilken grupp du vill springa med. Banan är inte uppmärkt utan varje grupp har en guide med som visar vägen.

Skulle du känna att du inte orkar hänga med i den gruppen som du startat med så är det ingen fara. Då meddelar du bara din guide och sen väntar du helt enkelt in gruppen bakom.

Grupp 1: sluttid på ca 3:00 h

Grupp 2: sluttid på ca 3:40 h

Grupp 3: sluttid på ca 4:20 h

Grupp 4: sluttid på ca 5:00 h

Vi kommer att ha vätskestationer som vanligt. Dom kommer att se lite annorlunda ut för att vara anpassade efter rådande omständigheter.

Vi har 3 st vätskestationer utmed banan.

Du behöver att bära med dig din egen Vätska mellan vätskestationerna.

Start: Skidstadion på billingen

Starttid:

Grupp 1: kl 10:00

Grupp 2: kl 10:10

Grupp 3: kl 10:20

Grupp 4: kl 10:30

Du behöver vara på plats för att bli avprickad senast 30 min innan din start.

10 min innan din start ska du vara på plats hos din guide för ett kort info-möte.

Då detta inte är en tävling så har vi ingen tidtagning eller några Nummerlappar. Så du får själv ha koll på din tid.

Till sist vill vi be om er hjälp.

Var noga med att hålla avstånd vid start och efter målgång. Och självklart så stannar du hemma om du inte känner dig 100% frisk.

Lycka till!