



PM MMM



Tävlingsdag: Fredag 2014-06-26, starten går 18.00, obligatorisk samling med information för samtliga deltagare 17.45.

Arena: Snickarbacken Surahammar, vägvisning från Ishallen i Surahammar

Parkering: I anslutning till tävlingsarenan

Tävlingsexpedition: Öppnar på arenan klockan 16.30

Nummerlappar: Hämtas i tävlingsexpeditionen senast 17.30, nummerlappen måste bäras under hela tävlingen och vara synlig både framifrån och bakifrån!

Varvräkning: Räkningen av antalet varv kommer att ske med hjälp av Sport-Ident. Varje deltagare medför en Sport-Ident-bricka med vilken en stämpling utförs på toppen av backen. Efter loppet görs en avläsning av SI-brickan och antalet löpta varv läses av. Det är tillåtet att använda egna Sport-ident-brickor, bricknummer skall dock anges i tävlingsexpeditionen vid nummerlappsuthämtning. Löparna i Duo-klassen delar på en SI-bricka, växling sker vid målet då SI-bricka lämnas över till nästa löpare.

Omklädnad: Sker på tävlingsarenan, vid dåligt väder kommer vind/regnskydd att finnas för ombyte

Dusch: Efter tävlingen kan dusch ske i Surahammars SOKs klubbstuga, Ekängsstugan. Detta kräver dock transport i bil, om du önskar duscha i Ekängsstugan efter tävlingen så anmäl detta tävlingsexpeditionen före start.

Vätska: Vatten kommer att serveras till löparna under varje varv samt efter målgång

Toalett: Finns på tävlingsarenan, dock av enklare modell.

Egen langning: Det är under loppet tillåtet med egen langning av vätska och energi. Tänk dock på att inte hindra övriga deltagare vid egen langning.

Klasser: En damklass och en herrklass, ungdomsklass för herrar och damer, veteranklass för herrar och damer samt Duo-klass. må bäste dam/herre/lag vinna!

Segrare: Den som springer flest antal varv och är först i mål efter 60 minuter löpning står som segrare i årets upplaga av MMM, men samtliga fullföljande är att anse som vinnare!

Priser: 500 kr i segrarpremie i herr- och damklassen, hederspriser till segrarna i övriga klasser, dessutom kommer hederspriser att lottas ut bland samtliga deltagare.

Prisutdelning: Kommer att ske så snart som möjligt efter målgång.

Efteranmälan: Vid tävlingsarenan på tävlingsdagen mellan 16.30 och 17.15. Efteranmälningsavgift 200:-, kontant betalning eller Swish.

Försäkring: Tävlingsledningen rekommenderar deltagare att se över sitt försäkringsskydd före tävlingen. Komplettera gärna med Startklar (www.startklar.nu) om du är osäker på ditt försäkringsskydd. Allt deltagande i MMM sker på egen risk.

Försäljning: Vid arenan kommer försäljning av hamburgare, dricka, fika, godis och annat smått och gott att finnas.

Information: lars-erik.hasler@reluga.se, 073-518 09 51