



EKEBYLOPPET

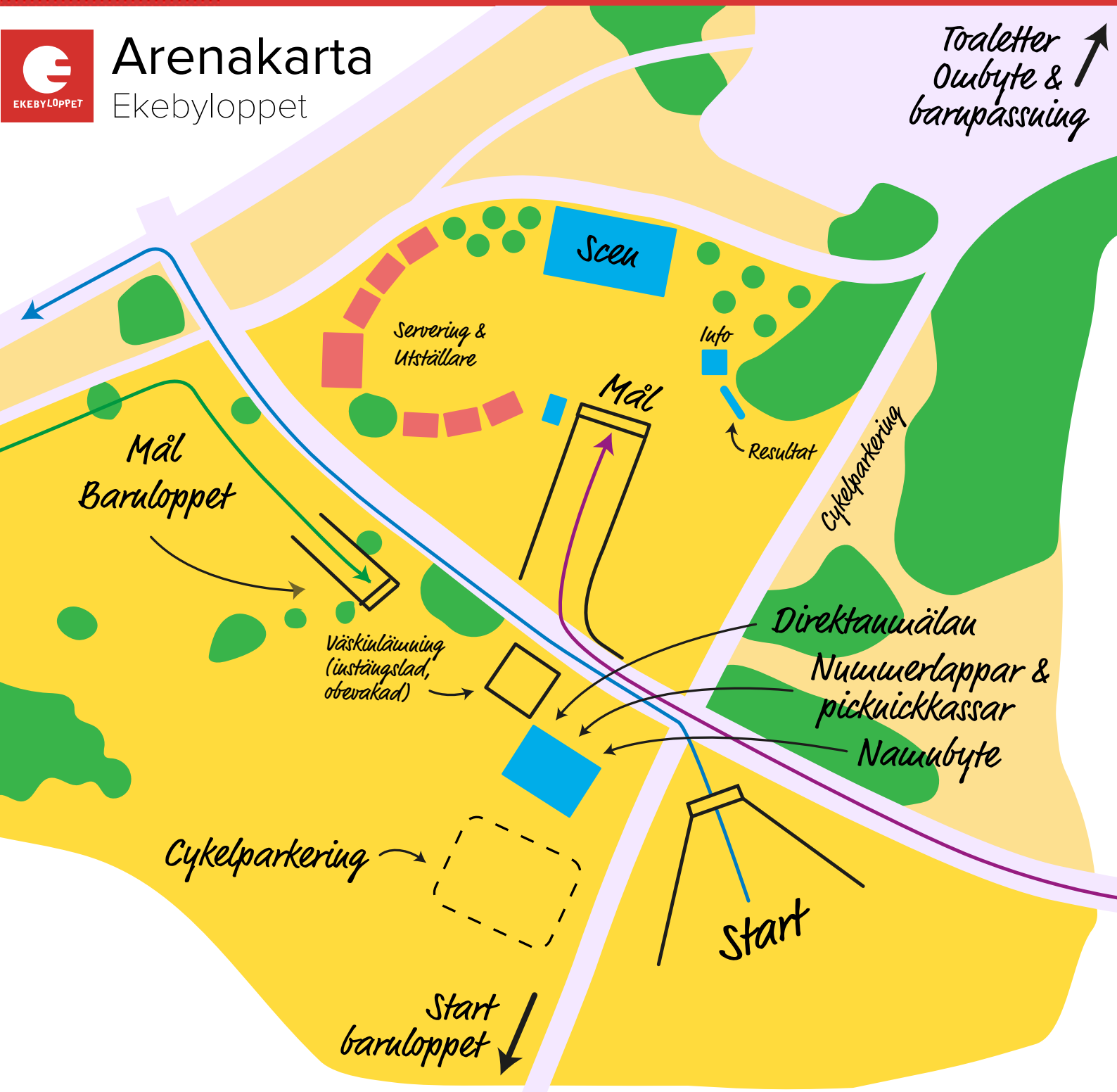
PM Ekebyloppet

Ekebyloppet PM



Arenakarta

Ekebyloppet



Datum

Tisdag den 6 juni.

Hitta till arenan

Arenaområdet hittar du vid Ekeby Bruk. Vi rekommenderar att du cyklar eller åker kollektivt

(buss 4 från City mot Ekeby/Håga, stannar vid Ekeby Bruk). Vi erbjuder också ett begränsat antal parkeringsplatser längs Karlsrogatan, följ här funktionärernas anvisningar från Eriksbergsvägen.

Anmälan

Möjlig på hemsidan fram till den 4 juni. Därefter hänvisar vi till direktanmälan på arenan på tävlingsdagen eller anmälan via e-post.



Ekebyloppet PM

Program

9.15 - Arenan öppnar
9.30 - Första start Barnloppet
9.45 - Uppvärmning Challenge 21
10.00 - Start Challenge 21
10.35 - Uppvärmning Milen
10.50 - Start Milen
10.55 - Uppvärmning Korten
11.10 - Start korten
12.00 - Sista start Barnloppet
12.15 - Prisutdelning
12.30 - Underhållning
14.30 - Arenan stänger

Följ loppet live

Som publik kan du följa deltagare live via RaceONE.

Så här gör du:

- 1. Ladda ner** - RaceONE finns för Iphone och Android. Läs mer på raceone.com
- 2. Anmäl dig** - Starta appen, gå in på rätt lopp och anmäl dig.
- 3. Dela** - Berätta för familj och vänner om RaceONE så att de kan följa dig live

4. Starta - Aktivera loppet i RaceONE innan start. Ta med mobilen när du springer, starten går automatiskt när du passerar startlinjen.

Cykelparkering

Finns på arenan, se arenakartan.

Parkering

Vi erbjuder ett begränsat antal parkeringsplatser längs Karlsrogatan, följ här funktionärernas anvisningar från Eriksbergsvägen.

Uppvärmning

Sker i Friskis&Svettis regi i anslutning till starten.

Vätska

Det kommer att finnas tre vätskestationer för Challenge 21, två för Milen och en för Korten. Det serveras vatten och sportdryck på stationerna, och vatten efter målgång.

Vägpassager

En trafikerad väg passeras två gånger på samtliga banor. Korten passerar dessutom en mindre trafikerad väg. Trafikvakter kommer att finnas utplacerade men tänk på att ta det försiktigt och visa hänsyn mot trafikanterna.

Anmälan

Möjlig på hemsidan fram till den 4 juni. Därefter hänvisar vi till direktanmälan på arenan på tävlingsdagen eller anmälan via e-post. För mer info samt priser, se flik anmälan.

Direktanmälan

Är möjlig att göra på arenan på tävlingsdagen. Vi tar helst emot kortbetalning eller Swish, men det går även bra att betala kontant.





Ekebyloppet PM

Bagageinlämning

Finns inhägnad men obebakad på arenan. Inne på Friskis&Svettis finns möjlighet att låsa in väskor och värdesaker i skåp, det krävs dock att man tar med ett eget hänglås.

Deltagarkuvert

I deltagarkuvertet finns din nummerlapp. Om du har köpt en T-shirt får du även den tillsammans med deltagarkuvertet. Lag hämtar ut ett deltagarkuvert som innehåller nummerlappar för hela laget. I kuvertet finns även en kupong för att hämta ut picknickkasse.

Följande tider går det att hämta deltagarkuvert på CityGross för de som anmält sig innan 31/5:

Fre 2 juni kl 16-18
CityGross Bolandcity
Lör 3 juni kl 13-15
CityGross Gränbystaden

Alla som hämtar deltagarkuvert på CityGross får ett erbjudande från CityGross.

OBS! Detta gäller ej för barnloppet.

Det går även att hämta nummerlapparna på tävlingsdagen, men med risk för långa köer. Det kommer vara mycket folk och många efteranmälningar, så vi hänvisar i första hand till utlämning på City Gross. Nummerlappar för lag hämtas ut lagvis.

Nummerlapp

Tidtagningen kommer ske med hjälp av ett elektroniskt chip som finns fastsatt i en flik högst upp på nummerlappen. Fliken får ej rivas bort! För att tidtagningen ska fungera optimalt ska fliken vara utvikt från kroppen. Fäst nummerlappen med säkerhetsnålar i hörnen och

låt nummerlappen sitta synligt på bröstet genom hela loppet.

Picknickkasse

City Gross bjuder alla lag på en picknickkasse. Den hämtas ut i tältet för deltagarkuvert från kl. 11.00. Kupongen för att hämta ut picknickkassen finns i lagets deltagarkuvert.

Utmaningar

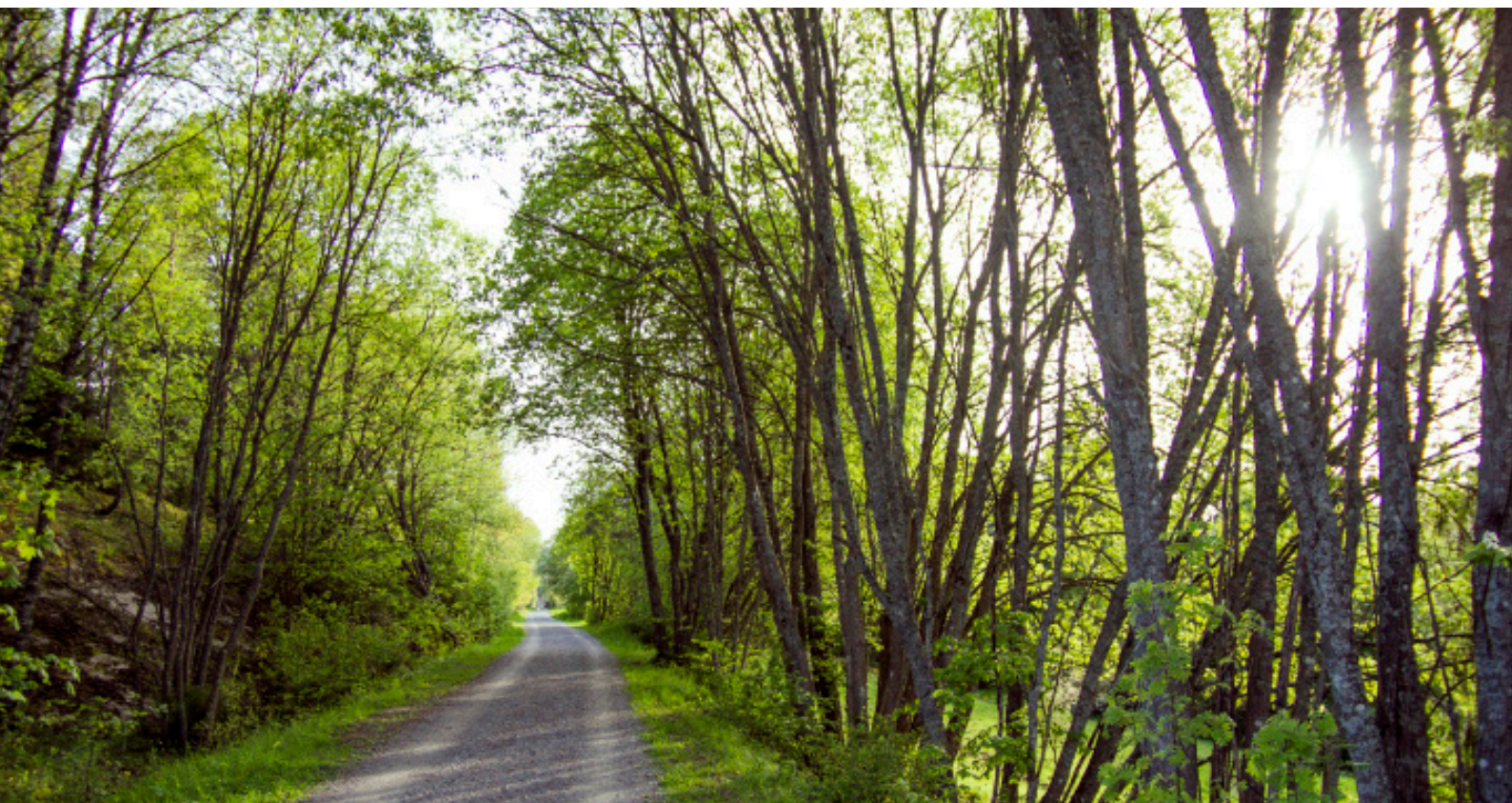
Närmast vätskan - Den som kommer till första vätskan närmast en specifik tid vinner ett pris. Den exakta sekunden är hemlig, men det är under minuten:

Challenge 21 - 45 minuter

Milen - 27 minuter

Korten - 12 minuter

Perfekt i mitten - Den person som placerar sig mitt i resultatlistan (avrundat uppåt om ojämt antal) vinner ett fint pris.





Ekebyloppet PM

NYHET! Kundvagnsrace - Den löpare som först passerar "2 km kvar" och väljer att springa med kundvagnen till mål vinner innehålllet.

Banor

Korten (5 km)
Milen (10 km)
Challenge 21 (21 km)
Barnloppet

Alla som deltar får en goodiebag vid målgång!

Hästar och andra djur

Banorna delvis går längs ridstigar och i närheten och hagar, visa hänsyn och håll dig lugn.

Mätning av banor

Mätning av banorna har gjorts i programmen OCAD (Kartverktyg), samt Googles tjänster och ett medelvärde har tagits ut från detta.

Ombyte/ Dusch

Begränsad möjlighet till ombyte och dusch finns i Friskis&Svettis lokaler.

Toaletter

Det finns ett begränsat antal toaletter på Friskis&Svettis, risk för köbildning finns.

Servering

Många av våra partners kommer att finnas på arenan, bland annat kommer Triller Mat och Bröd att ha försäljning av fikabröd och kaffe. Det kommer att finnas grillad lammkorv från Uppsala Naturbete att köpa och Dr Falafel kommer att ha en foodtruck på arenan.

Underhållning

The Gloryfires kommer att uppträda med musik till all uppvärmning och kommer även att bjuda på en liten konsert som avslutning på dagen.

Barnloppet

Fri starttid mellan 9.30-12.00. Ca 1 km snitslad bana. Tidtagning sker med det elektroniska stämplingssystemet sportident. Lånebricka fås vid nummerlappsutdelningen. Brickan ska återlämnas efter målgång.

Barnpassning

Vi erbjuder gratis passning av dina barn under tiden du springer. Barnpassningen är belägen i Friskis & Svettis lokaler. Ingen föransmälan behövs, det är bara att komma förbi.

Maxtid

Maxtid för alla banor är 3 timmar.

