

PM för deltagare i Ryssberget Trail 1 sept 2018

<i>Välkommen</i>	BroSö OK och Ryssbergets IK hälsar Dig välkommen till Ryssberget Trail för andra gången. Ingår i Spring i Skånes Trailcup 2018 som 4:e deltävling.
<i>Start/mål Omklädning</i>	Hjortakroksskolan i Sölvesborg.
<i>Vägvisning</i>	Vägvisning finns från E22, Sölvesborg Öst, avfart nr 46
<i>Starttider</i>	Ungdom 2,5 km kl. 10.15 17 km kl. 11.00 8 km kl. 11.10
<i>Startkuvert</i>	Nummerlappar kan hämtas från kl 09.00 i Hjortakroksskolan. Varje deltagare bör senast 30 min före start hämta sin nummerlapp med tidtagningschip.
<i>Nummerlappar</i>	Alla deltagare skall bära nummerlapp fram till .
<i>Värdeinlämning</i>	Finns i anslutning till nummerlappsutdelningen.
<i>Banmarkering</i>	Banan är markerad med snitsel och pilar i övrigt står det funktionärer och visar vägen Följ anvisningar från funktionärer(röd/gula reflexvästar) samt banmarkering. Banan går på stigar i varierande svårighetsgrad.
<i>Vätskedepå</i>	Vatten och sportdryck finns i mål samt på 3 ställen ute på banan för 17 Km. För 8 km finns 1 depå ute på banan.
<i>Brutet lopp</i>	Anmäls till närmsta funktionär eller vid mål.
<i>Resultat</i>	Anslås vid start/mål, samt på vår hemsida: www.ryssbergettrail.se
<i>Prisutdelning</i>	Placeringspris i tävlingsklasserna. I övriga klasser utlottas ett antal priser. Medaljer till deltagarna i ungdomsklassen.
<i>Prisutdelning</i>	Prisutdelning för 17 km kl 13.00 Utlottade priser anslås på tavla vid målgång.
<i>Försäljning</i>	Korvgrillning.
<i>Övrigt</i>	Tävlingsledare: Mats Widesjö Sekretariat: Göran Westesson Genom anmälan godtar du att ditt namn och resultat publiceras offentligt på start- och resultatlista. Du godtar även att filmer eller bilder som tas under tävlingen kan komma att användas på vår hemsida samt i sociala medier. BroSö OK/Ryssbergets IK kommer inte att vidarebefordra dina registrerade uppgifter till tredjepart. Om du som deltagare inte godkänner detta ombeds du meddela oss på e-post: kansli@ryssbergetsik.se Tävlingen arrangeras enligt Svenska Friidrottsförbundets regler för långlopp. Arrangören fritar sig från ansvar för uppkommen skada under loppet.

Lycka till med loppet önskar BroSö OK och RYSSBERGETS IK