



PM MUMS 2018

Samling

kl. **14:30** i Bergebo motionscentral för ombyte och betalning av startavgift 150kr/patrull och 250kr för banketten, Swish eller kontant. Alla ska ha SI-pinne och stämpla. Vid samlingen avslöjas startplatsen.

Avfärd

mot starten kl. **15:00** och starten ligger 15 minuter bort. Billogistiken är en utmaning, arrangörerna har ca 20 platser över men vi hoppas på att några deltagare kan ordna skjuts till starten. Långväga gäster förväntas inte behöva ta bil.

Parkering

i direkt anslutning till starten.

Starten

sker för alla ca kl. **15:40**. Årets startprocedur: TBA

Banan

sträcker sig över 15 trevliga och omväxlande kilometer. Mål i Bergebo. Efter ungefär 5 och 10 km finns vätskestationer. Ni får en plastficka per person, lägg i nya kartor vartefter. Var uppmärksam på oväntade moment utefter banan. All information som behövs för att hitta runt finns på kartan.

Vid vätskestationerna, hjälp arrangörerna på plats genom att säga era namn så de prickar av och har koll var på banan alla befinner sig. Vätska 1 stänger 1:30 efter starten och vätska 2 stänger 2:30 efter starten. Kommer man senare tillåts man inte fortsätta banan.

Varning för diverse rörliga objekt som kan finnas längs med banan såsom rådjur, bilar, älgar och cyklister med mera.

OBS! Under banan kommer hårt trafikerade vägar att passeras, bilar har alltid företräde och ta inga risker! Farliga vägar är tydligt markerade och får enbart passeras vid symbolen X. Inga vägvakter finns, deltagande sker på egen risk! När det finns gångbanor bredvid vägen; spring på dessa.

- Kontrollerna** är utmärkta! De är dessutom markerade med nån slags reflex. Sportident på hela banan.
- Överdrag** kan transporteras till vätskestationerna eller mål. Tre olika säckar kommer finnas vilka avser transport:
A. Start→Vätska 1.
B. Start→Vätska 2.
C. Start→Mål
- Publik!** Är givetvis välkomna! Information om vart vätskekontrollerna är belägna kommer ges direkt efter starten.
- Mål** I Bergebo, där finns vätska, dusch och bastu.
- Sjuk kompis** Vad gör jag om min patrullkompis blivit sjuk?
– Kom till Bergebo ändå. Med stor sannolikhet finns det fler i samma situation.
- BANKETTI!** Direkt i anslutning efter genomfört lopp, bastu och dusch!
Startar 19:30. 250 kr/person betalas cash (eller swish) på plats. Här väntar mat, dryck och musik hela natten lång! Notera att det enbart ingår en begränsad mängd alkohol! (3 enheter öl/vin/cider per person samt bastuöl). Önskas större volymsintag hänvisar vi till privat införskaffning. Anmäl eventuella kostavvikelser snarast!
- Kontakt** Fredrik: 0706179997
tedde_fredde@hotmail.com

Nu kör vi!