

Vilden X-TRAIL

Taberg

PM

Lördagen 31 Maj 2014

Samling/arena: Tabergs motorbana. Vägvisning med skyltar från Shell vid E4 avfart 93, Torsvik norra, ca 10 km söder om Jönköping. Därifrån 7 km till arenan via Taberg centrum.

Anmälan: Efteranmälan gäller fr o m den 18/5 och sker fram t o m den 28/5 via www.vildenxtrail.se. Efter den 28/5 kan efteranmälan endast göras på arenan på tävlingsdagen mellan kl 8:30-9:30. Det kommer endast att finnas ett 40-tal startplatser att få tag på på arenan så kom i god tid eller gör anmälan innan den 29/5.

Klasser, banlängder och avgifter(efteranmälan):

Vilden 10km	320 :-	Män	Kvinnor	Veteraner män, ålder 50+
Halvvilden 6km	290 :-	Män	Kvinnor	Veteraner kvinnor, ålder 50+
Lillvilden 2,8km	60 :-	Pojkar 10,12,14	Flickor 10,12,14	

Start och uppvärmning:

Start på motorbanans SV del. Ca 8 minuter före varje start kör uppvärmningsvilden igång uppvärmning till musik vid startfällan. Startfällan stänger 3 minuter före respektive start. Det är löparens ansvar att vara på plats i tid. Sent ankomna löpare släpps in efter startskottet.

Starttider:

Lillvilden 2,8 km	kl 10:00	Orange nrlappar
Halvvilden 6 km	kl 10:10	Svarta nrlappar
Vilden 10 km	kl 10:30	Gröna nrlappar

Nummerlappar och tidtagningschip:

Bärs i alla klasser. Deltagarkuvert med nummerlapp och chip uthämtas mellan kl 8:30-9:50 i nummerlappstältet vid målet/sekretariatet på arenan. Nummerlappen ska fästas ovikt på tröjans framsida med startnumret väl synligt. Chipet ska placeras runt ena överarmen enligt instruktion i kuvertet och MÅSTE återlämnas till funktionärerna vid målgång. Ej återlämnat chip debiteras med 500 kr.

Seedning:

För de löpare som satsar på att vara med och göra upp om slutsegern i 10-km klassen finns möjlighet att seeda upp sig till ett elitled. Seedning sker i samma tält som efteranmälan och nummerlappsutdelning. För att bli seedad och få särskild märkning på nummerlappen krävs att löparen kan visa upp resultat motsvarande 10 km löpning under 38 minuter (män) resp. 43 minuter (kvinnor). Ta gärna med en utskrift av ditt resultat. Vi kommer i vissa fall att gå in och verifiera resultaten online – så det är viktigt att du hänvisar till ett lopp med officiellt publicerade resultat.

Omklädning:

Ombytestält finns på arenan. Vattenslang för avsköljning av leriga strumpor/skor vid motorklubbens huvudbyggnad, gaveln. Duschmöjlighet erbjuds fram t o m kl 14:00 i Jönköpings OKs klubbstuga vid Åsabadet, ca 2,5 km från tävlingsarenan. Här finns även en kiosk och en mycket fin badsjö och strand. Vägvisning från arenan med rosa skyltar.

Toaletter: 7 st på arenan i form av en toalettvagn och 2 bajamajor vid starten samt en ”vanlig” toalett vid gaveln av motorklubbens huvudbyggnad.

Banan: Varierande terräng, 56 % stig, 4% asfalt, 40 % helt obanad (gäller 10 km banan). Ett flertal naturliga hinder såsom djupa mossar, nedfallna träd och ett brant sandtag. Iakttag försiktighet! En specialbyggd kryptunnel. Bitvis stark kupering.

Vätska: Sportdryck och vatten på fyra ställen för de längre banorna. Vid punkt där banan korsar sig själv, uppe på Tabergstoppen samt efter målgång.

Säkerhet/om du bryter: Alla löpare prickas av automatiskt vid målgång då chipet passerar mållinjen. Löpare som bryter MÅSTE meddela sekretariatet och återlämna chipet så att inte eftersök startas efter tävlingen.

Barnaktiviteter:

Knattevilden – en äventyrsbana för de mindre barnen ca 3-8 år. Kryptunnel och andra busiga hinder i skogen. Finns i skogsbrynet vid parkeringen i höjd med sekretariatet. Alla barn får nummerlapp och får ett litet pris vid målgång. Kostnad 20 kr – anmälan på plats vid knattestarten.

Första hjälpen/omplåstring: Utmed banan samt på arenan.

Mat/dryck: Valförsedd marka på arenan med varma och kalla drycker, fika, godis och grillat. Möjlighet till kortbetalning, men vill du slippa köa kan kontanter vara bra att ha med.

Kiosk finns även vid Jönköpings OKs klubbstuga Sörgården för de som väljer att duscha/bada där.

Sportförsäljning: Välsorterad försäljning av terränglöpningskläder, skor och tillbehör finns på arenan i regi av SM Sport.

Priser och prisutdelning:

Prischeck på 2 000 kr till herr- resp. damsegraren i Vilden 10 km. Prischeck på 1 000 kr till herr- resp. damsegraren i Halvvilden 6 km (om deltagarantalet i klassen > 80 st).

Mycket fina sponsorpriser av olika slag till de bäst placerade i varje klass!

OBS! Alla Lillvilden-deltagare får medalj och glassbiljett vid målgång.

Prisutdelning – ungefärliga hålltider:

ca 11:00 Lillvilden - prisutdelning för de tre främsta i varje klass.

ca 12:15 Övriga klasser samt Bergspriset och Lagtävlingen, prisutdelning. Antal priser per klass anslås vid resultatlistorna.

Kontakt: crew@vildensextrail.se

Maria Thelin 0735-427474

Elin Dolk 0706-806215

Pontus Löfström 0708-323804

Fredrik Georgsson 0702-566802

Övrigt:

Allt deltagande sker på egen risk!

Trailskor eller annan sko med gummi- och eller metalldubb rekommenderas. Rena spikskor är dock inte tillåtet av säkerhetsskäl. Kläder för tuffa tag, heltäckande klädsel på ben rekommenderas.

Tips! Ta med extra ombyte.

Jönköpings OK förbehåller sig rätten att publicera bilder samt filmklipp på hemsidan och sociala medier.

Väl mött!



Tinas blommor
i Taberg

