

# VINDELÄLVSLOPPET 2019

[www.vindelalven.se/vlopp](http://www.vindelalven.se/vlopp)



## TÄVLINGS-PM

### VINDELÄLVSSTAFETTEN 18 JULI AMMARNÄS-SORSELE

### HALVMARATON AMMARNÄS-KRADDSELE

#### KLASSER

**RACE:** Löpning

Fasta växlingar

Tidtagning: Sträcka 1 (halvmaraton) och dagsetapp

**FLEX:** Löpning

Fasta och fria växlingar

Tidtagning: Sträcka 1 (halvmaraton) och dagsetapp

**COMBI:** Löpning och cykling

Fasta och fria växlingar

Tidtagning: Sträcka 1 (halvmaraton) och dagsetapp

**Cykeletapp:**

Kraddsele-Giertsbäcken (45,9 km)

**HALVMARATON:** Löpning, herr- och damklass

Ammarnäs-Kraddsele

#### STARTTID

Ammarnäs, Potatisbacken torsdag 18 juli kl. 10.00.

#### UPPLÄGG

Se UPPLÄGG 2019 18 juli PM 190622

#### NUMMERLAPP

Löpare: Nummerlapp ska fästas väl synligt på bröstet.

Cyklist: Nummerlapp ska fästas väl synligt på vänster ben.

#### TIDTAGNING

Tidtagning sker manuellt.

Tider registreras vid växel i Kraddsele och målet i Sorsele.

#### VÄXLING

*Löpare*

Växling sker vid växlingsstation med HANDKLAPP mellan lagets deltagare.

### *Cyklister*

Växel vid Giertsbäcken:

Cyklisten kliver av cykeln vid markering KLIV AV, korsar vägen till VÄNSTER sida och leder cykeln fram till växlingsstationen. Växling sker vid växlingsmarkeringen med HANDKLAPP mellan lagets deltagare.

**FRIA växlingar (FRIVÄXEL) i FLEX och COMBI** får ske valfritt längs banan, men av trafiksäkerhetsskäl bör växlingen ske vid vätskestation. Växling sker med HANDKLAPP.

### **VÄTSKESTATIONER**

VATTEN finns vid

- 1) FASTA växlingsplatser
- 2) Sträckor över 10 km – Se UPPLÄGG 2019 18 juli PM 190622
- 3) Halvmaraton Ammarnäs-Kraddsele vid 5 km, 10 km och 15 km. OBS! Även sportdryck
- 5) Målet i Sorsele

Inga bemannade vätskestationer förutom halvmaraton.  
Enbart vattendunkar och muggar på övriga vätskestationer.

Saft serveras också vid målet i Sorsele.

### **KLÄDTRANSPORTER**

Tävlingsarrangören ordnar transport av överdragskläder för deltagare på sträckan Ammarnäs-Kraddsele. I övrigt svarar deltagande lag för sina egna klädtransporter.

### **VÄGSIDA**

Löpare springer på VÄNSTER vägsida  
Cyklister cyklar på HÖGER vägsida

### **CYKLISTENS/CYKELNS UTRUSTNING**

Cyklisten SKALL bära hjälm.  
Cykeln ska vara utrustad med broms och ringklocka.

### **ETT ELLER TVÅ LAG**

En och samma deltagare (löpare eller cyklist) kan delta i två olika lag i klasserna FLEX och/eller COMBI.

### **TVÅ STRÄCKOR I FÖLJD**

Deltagare får genomföra två stafettsträckor i följd under Vindelävsstafetten. Tänk på att vid långa sträckor och varmt väder bör denna möjlighet undvikas.

### **TRAFIK**

Tävlingen genomförs på allmän väg som är öppen för trafik i båda riktningarna. Vägtrafikkungörelsen och polismans anvisningar gäller. Även anvisningar från tävlingsfunktionärer gäller.

### **SEKRETARIAT**

Ammarnäs, Samegården  
Sekretariatet är öppet torsdag 18 juli kl. 08.00-09.30 för utlämning av nummerlappar och registrering av laguppställning.

### **LAGUPPSTÄLLNING**

Laguppställning (blankett utsänds till lagledare) epostas till Torbjörn Norrman, [tobba@sintorhb.se](mailto:tobba@sintorhb.se). Ändringar meddelas i sekretariatet i Ammarnäs 18 juli.

## **LAGLEDARMÖTE**

Ammarnäs, Samegården 18 juli kl. 09.30

## **TÄVLINGSBANAN**

Tävlingsbanan går på asfalterad väg. Banan är markerad med hänvisningar (skyltar, pilar eller vägmålningar) vid avfarter och krångliga passager.

Alla sträckor är märkta med skylt "1 km" när det återstår en kilometer av sträckan. Vätskestationer är märkta med skylt "Vätska 500 m" och med orange markeringskon vid vätskestationen.

Halvmaraton Ammarnäs-Kraddsele är märkt med skylt "10 km".

Toaletter finns i Ammarnäs på Samegården och busstation. Utedass finns i Kraddsele, Gillesnuole och Giertsbäcken. Dusch och toaletter finns vid målet i Sorsele.

**Det är förbjudet att langa vätska från/till cyklande. Cyklister får ej färdas i bredd. P-platser finns i anslutning till växlingsplatserna. Respektera skyltning och följ funktionärernas anvisningar.**

## **PRISUTDELNING**

Sorsele, Hembygdsområdet, lilla scenen efter målgång  
Diplom till deltagande lag  
RACE: Premier till 1a lag, 2a lag, 3e lag  
FLEX och COMBI: Utlottning av 3 premier i resp klass  
Halvmaraton: Premier till 1a, 2a, 3e i dam- resp herrklass

## **TÄVLINGSLEDNING**

Leopold Sjöström, Tävlingsledare, 070-525 87 32  
Torbjörn Norrman, Sekretariatschef, 070-611 15 01  
Roland Fredriksson, Banchef, 070-340 57 28

## **TÄVLINGSJURY**

Tävlingsledare och banansvarig

## **ÖVRIGT**

Samtliga tävlande, funktionärer, åskådare deltar/närvarar på egen risk.

Denna TÄVLINGS-PM är upprättad 190623.

Reservation för smärre ändringar och/eller tillägg som kan bli aktuella.

-----