



## PM Skibbårg Run – 20 juli 2019

### Starttider:

**Kl 16.00 500 m banan (barn).** Banan avgränsad med plastband.

**Kl 16.20 mellan banan 2,3 km.** Banan märkt med **röd-gula snitslar och pilskyltar.**

**Kl 17.00 långa banan ca 10 km.** Banan märkt med **blå-vita snitslar och pilskyltar.**

**Gå och vandra klass 10 km:** Öppen start mellan 16.00 - 16.20

**Efteranmälan:** Efteranmälan senast 1 timme före respektive start mot förhöjd startavgift 150 kr (2 km) respektive 250 kr (10 km). Betalning med swish eller kontant.

**Parkering:** På en åker ca 200 m norr om bygdegården (intill vägen mot Leksand)

**Startplats:** Bakom bygdegården

**Vätska:** Kontroll med vatten efter ca 4 km (Skålhol) och efter ca 6 km (Kolarkojan)

**Mål:** Vid grillplatsen i anslutning till bygdegården.

**Toalett:** På planen bakom bygdegården

**Dusch:** Enkla duschmöjligheter ca 50 m väster om bygdegården.

**Mat (ingår i startavgiften):** För både långa och mellanbanan serveras vid grillplatsen hamburgare (kött eller veg) efter målgång. De som springer 500 m banan kan välja på glass eller korv i kiosken mot uppvisande av nummerlapp.

**Priser:** Pris till alla på 500 m banan och de **tre** snabbaste damerna och herrarna på mellan och långa banan.

**Prisutdelning:** 500 m banan direkt vid målgång. Långa och mellanbanan kl.18.30

**Obs!** Se upp för motorfordon då mellan och långa banan delvis går på trafikerade vägar, håll vänstra sidan på vägen.

**Om löpare väljer att bryta loppet måste målpersonal eller funktionär längs banan underrättas.**

**Bilder från loppet kommer att läggas ut på hemsidan och sociala medier, om man inte vill medverka på dessa bilder ange detta i samband med anmälan.**

**Deltagande sker på egen risk**