

PM Två Sjöar Runt 2016

Två Sjöar Runt arrangeras av IFK Sunne Friidrott i samarbete med Skoghalls CK

Plats

Start och målgång är vid Sparbankshallen. Den är belägen på östra sidan av Sunnetätort. Från 45:an kör igenom Sunne över bron, sväng vänster vid kyrkan.

Banorna

Gemensam start kl 10. Långa mot Rottneros och korta mot Lysvik

Långa 107km, Sunne-Rottneros-Gräsmark-Torsby-Lysvik-Mallbacken-Sunne.

Start vid Sparbankshallen och går genom Sunne och cykelbana till Rottneros. Det kommer vara en för cykel som leder åkarna till Rottneros ca 7km. För cykeln får ej köras om innan klartecken getts. Alla cyklister ska ha passerat bron vid Rottneros innan klartecken ges.

Korta 46km, Sunne-Lysvik-Mallbacken-Sunne. Banorna kommer ha målade pilar på vägen.

Depåer

Två depåer kommer att finnas. En mellan Gräsmark och Torsby, och en i Mallbacken.

Mallbackendepån serverar båda banorna. Vatten, cola, giffar, bananer, mm kommer att finnas

Nummerlappar, Chip, Anmälan

Nummerlapparna och efteranmälan i anslutning till Sparbankshallen, se skyltar.

Öppnar kl 8:00 (kom gärna i god tid) stänger 9:45. Efteranmälan 350kr Swish och kontant.

Tidtagnings chip skall återlämnas i målområdet. För chip som inte återlämnas debiteras 500kr.

Parkering, Omklädning, kiosk

Parkering vid Sparbankshallen och framför ishallen.

Toaletter, omklädningsrum och duschar finns i Sparbankshallen.

Kiosk med kaffe, dricka, godis, korv, mm kommer att finnas.

Regler, Förbil, Etc

TSR är ett motionslopp och trafikregler gäller.

På långa banan kommer en förbil att köra. Det kommer att finnas flaggvakter i rondellen vid Toria Torsby och några ställen till utmed banan. OBS vi har inte rätt att stoppa bilar bara varna/informera, trafikregler gäller.

Vid problem/skada kontakta funktionär, vid allvarlig skada ring 112 först.

Deltagare som bryter loppet skall kontakta funktionär och se till att chip återlämnas

Kontakt, Information, etc

Vid problem, deltagare som bryter eller skada skall någon av dessa kontaktas.

Anders 070-5753955

Martin 070-5120856

Tommy 070-3616919