



PM

Hamn milen

Start

Gemensam start kl. 19.00 för 10 km och på Mjölkuddsbanken nedanför Luleå Energi arena

OBS! 6 km startar gemensamt kl 19.30 vid kranen i Södra Hamn.

Startsignal i mistlur. Startplatsen är uppmärkt med vimplar.

Uppmärkning av banorna

Ta del av bannsträckningen innan start på den bifogade kartan och observera löpriktningen. Löparen skall alltid löpa på höger sida. Se upp för fotgängare och visa hänsyn!

Banan är snitslad med rödvita snitslar. Det finns utplacerat kilometerskyltar varje kilometer längs med banorna.

Banornas vändpunkter är markerade med röda koner som är satta i ett kors på var sida av isvägen. Dessa markeringar skall passeras på bortsidan av dessa, annars riskeras diskvalifikation.

Det kommer att finnas funktionärer i gula varselvästar som vägvisare längs banorna.

Loppet leds av en förcyclist.

Målgång

Sker i målfålla utanför huvudentrén Luleå Energi Arena också tidtagning sker för samtliga klasser.

Resultaten kommer på vår hemsida www.hamnmilen.se , Facebooksida Hamnmilen, via länken webscorer som man även kan gå in på själv samt anslås i fojén Luleå Energi Arena.

Prisutdelning

Sker så snart som möjligt efter målgång av samtliga löpare. Fina priser till vinnaren i tävlingsklasserna (både 5 km och 10 km). Övriga priser bla 1 st presentkort Norrbottens Resebyrå 5000kr , 2 st presentkort på Helggourmepåse från Hemmagastronomi, charklådor från Nordchark , mm lottas ut bland alla deltagare. Prisutdelning ca 20.45 dvs så snart alla löpare har kommit i mål. Alla får en lott vi målgång som deltar i utlottning av priserna

Väska och fika

Vätska tillhandahålls gratis efter målgång. Enklare försäljning av kaffe och kaffebröd vid målplatsen . Vätskekontrollen finns vid kranen och längs Skurholmsfjärden

Dusch och ombyte samt toaletter

I Luleå Energi Arena omklädningsrum. Toaletter finns i Luleå Energi Arenas foajé. Ta hissen i huvudentrén och 1 våning neråt där finner du D- hallens omklädningsrum. I

Överdragskläder

Kläder kan lämnas till sekretariatet under själva loppet. Tänk på att ha varma överdragskläder i väntan på start och målgång samt prisutdelning.

Frågor kan ställas till

Agneta Bergelin 070-5150274

Välkommen och Lycka till önskar Bergnäsets AIK!

