




Varmt välkommen till Addnature Amazing Trail 20 juni 2017!

Start	KL 18.15 vid utegymet för samtliga klasser. Uppvärmning från kl 18.
Nummerlappar	Har du inte hämtat din nummerlapp tidigare så finns den i informationen.
Tidtagning	Chiptidtagning, chipet sitter i nummerlappen. Lång banan har en mellantid längst bort.
Bana	Banorna är ca 20.5 km, 10.5 km och 6 km. Vi har satsat på att göra det till en naturupplevelse. Det är sommargrönt i skogen och provlöpningarna visar att banorna håller hög klass.
Banmarkering	<p>Banorna utgår från de markerade lederna</p> <p>Grön ● Från start till Solsidan</p> <p>Blå ● Från Solsidan och hem</p> <p>Vit ○ För 6 km där den viker av mot mål</p> <p>Framför allt vid korsningar för det förstärkt med blå-vit snitsling.</p> <p>Det kommer också finnas funktionärer utefter banan.</p> <p>Karta finns vid informationen.</p> 
Vätska	<p>21 km 4,2 km 9,6 km 🍌 15,5 km</p> <p>10.5 km 4,2 km 5,7 km</p> <p>6 km Efter målgång</p> <p>Vatten och sportdryck från sponsorn Tailwind nutrition.</p> <p>Vid Solsidan finns också bananer.</p> 
Målgång	Vi stänger mål och tävling kl 22.00.
Mat och dryck	<p>ONZO</p> <p>Efter målgång kan du slappna av nere vid den vackra Källtorpssjön där det kommer serveras vegetarisk wraps från Onzo och dryck.</p> <p>För de som vill ha lite mer håller Hellasgårdens café öppet.</p>
Dusch, bastu, toaletter, förvaring	<p>Som deltagare har du fri tillgång till Hellasgårdens faciliteter hela kvällen fram till kl 22 mot uppvisande av nummerlapp. Ta med hänglås om du vill förvara värdesaker där.</p> <p>Arrangören tillhandahåller också väskförvaring utomhus.</p> 
Prisutdelning	<p>addnature</p> <p>Kl 21.00 till de tre bästa herrar och damer på varje bana samt till bästa lag. Det kommer också lottas ut många priser i samtliga klasser inkl lagklass. Allt från huvudsponsorn ADDNATURE.</p> <p>Alla som föllföljer får efter målgång en T-shirt.</p>
Första hjälpen	<p>AVONOVA ACTIVE</p> <p>Personal från företagshälsovårdsbolaget Avonova. Om något händer längs banan - kontakta funktionär om möjligt, annars telefonnummer 070 4239644.</p>
Överlåtelse av startplats	Om du har tagit över någons startplats så anmäls detta i informationen mot en avgift på 100 Kr.



AVONOVA | ACTIVE

