

PM UT-milen 2018

Tävlingsdag: Lördagen 21 april

Start och mål

I Grodparken i Ulricehamns centrum. Grodparken ligger vid Norra och Södra Kullagatan i anslutning till Hotell Bogesund.

Parkering

Det kan bli ont om parkering i Ulricehamns centrum på tävlingsdagen. Arrangörernas rekommendation är parkeringarna vid Hamnen och Åsunda Sjöstad samt grusparkeringar vid Rasks såg och motor på Bronäsområdet samt vid reningsverket i Ulricehamn. Parkeringsytor finns även på Marknadsplatsen. Ulricehamnare – lämna gärna bilen hemma.

Klasser och starttider

Ica Tornets knattelopp	13.00
Pojkar 2,5 km	13.30
Flickor 2,5 km	13.30
Herrar 5 km	13.45
Damer 5 km	13.45
Herrar 10 km	14.00
Damer 10 km	14.00

Herrar som tror sig springa under 40 minuter och damer som tror sig springa under 45 minuter har en särskild startfälla längst fram i 10-km-starten. Respektera avspärningar vid starten.

Nummerlappar och deltagarkuvert

Alla deltagare ska hämta ut nummerlapp och deltagarkuvert. Deltagarmaterialet kan hämtas på Ulricehamns Tidning torsdagen den 19 april 14.00-18.00 och fredagen den 20 april, 13.00-16.00 samt på tävlingsdagens förmiddag, 10.00-13.00 vid informationstältet i Grodparken. Vi rekommenderar alla som kan att hämta nummerlappar torsdag och fredag. Företag som gjort gruppanmälan får deltagarkuverten sampaketerade.

Efteranmälan

Är endast möjlig på tävlingsdagens morgon mellan 10.30 och 13.00 i informationstältet i Grodparken. Avgiften är 350 kronor för 10 km, 300 kronor för 5 km och 150 kronor för pojk- och flickloppet. Efteranmälan kan inte göras på UT dagarna före tävling.

Banor

Banorna är markerade med snitselband och pilmarkeringar på vägen. 5-kilometersbanan viker av från 10-kilometersbanan efter cirka 300 meter och sedan efter 3 kilometer. 2,5 km-banan viker av tidigare från banvallen. Tydliga markeringar och funktionärer visar vägen. 10 km-banan har blå kilometerskyltar, 5 km-banan orange. Banorna är kontrollmätta med mät hjul av arrangören, inte av förbundsmätare.

Banan går på några ställen på gator där trafiken inte är avstängd. Följ arrangörens anvisningar och spring i första hand på trottoaren. Kartor finns på www.utmilen.com

Vätska

Det finns vatten vid passering ca 3 kilometer (både 5-km och 10-km) och vatten efter 6 kilometer på långa banan, vid andra tunneln under Tre rosors väg. Det finns också vatten efter målgång. Ica Kvantum Ulricehamn bjuder på energitillskott efter målgång.

Tidtagning

Tiden tas med datachip. På nummerlappen sitter chipet fasthäftat och chipet ska appliceras på skon. Information om hur chipet sätts fast finns på baksidan av nummerlappen. Ditt chip är personligt och får inte förväxlas med någon annans. Chipen är av engångskaraktär och samlas inte in. Två mellantidspasseringar finns på 10-km-banan, en före backen vid Skottek och en vid banans högsta punkt. Utmana gärna en kompis på bästa baktid.

OBS: För de fem första i mål avgör passering av mållinjen placering, för alla deltagare gäller nettotid, tid från startlinjen till mållinjen.

Omklädning

Arrangören ordnar ingen omklädning eller dusch. Det finns möjlighet att duscha i Ulricehamns kallbadhus. Biljett hit löses på OK/Q8 nära Grodparken.

Väskförvaring

Väskor och påsar med överdragskläder förvaras i tält bevakat av arrangören. Uthämtning av lämnad väska sker mot uppvisande av nummerlappen.

Toaletter

Toalettvagnar samt pissoar finns i Stureparken intill Grodparken. Det finns även en offentlig toalett vid Marknadsplatsen samt toaletter vid omklädningen.

Prisutdelning

Efter det att alla klasser är klara, cirka 15.15 i Grodparken. De tre bästa i alla klasser får pris.

Resultat

Sätts upp i Grodparken efterhand samt publiceras i UT och på www.utmilen.com

Sjukvård

Enklare sjukvård med första hjälpen finns i Grodparken, intill serveringen. Om du eller någon medtävlare blir sjuk eller skadad ute på banan, sök upp en funktionär i gul väst. Alla funktionärer har mobiltelefon.

Sjuk eller skadad?

Inga anmälningar avregistreras och inga anmälningsavgifter betalas tillbaka under den sista veckan inför UT-milen. Namnbyte är inte heller möjligt. Det är farligt att tävla med feber eller halsont. Var aktsam om din hälsa.

Sponsorer och partners

På tävlingsområdet i Grodparcken finns våra sponsorer och tävlingspartners. Passa på att besöka dem och se vad de har att erbjuda.

Ica Tornets knattelopp

UT-milens knattelopp startar 13.00 från Grodparcken. 13.00 startar barn 6 år och uppåt och 13.10 startar sedan barn 0-5 år. Banan är 700 meter och går på gågatan. Anmälan i Grodparcken, vid serveringen, mellan 10.30 och 12.30. Avgiften för knatteloppet är 50 kronor och tas bara emot kontant eller via swish. Alla får medalj och banan. Ingen tidtagning.

Huvudfunktionärer

Tävlingsledare: Henrik Erickson – 076 13 30 307

Anmälningar och betalning: Jonas Salén – 070-36 59 553

Mail: utmilen@gmail.com (använd denna i första hand vad gäller frågor om anmälningar, betalningar etc.)

Övrigt

UT-milen är ett av Svenska Friidrottsförbundet sanktionerat lopp. Alla klasser räknas som motionsklasser och då banan inte är kontrollmätt av förbundsmätare kan tiden i UT-milen 2018 inte användas för seedning till andra lopp.

Till sist - visa hänsyn mot andra löpare under loppet och ha en fin tur runt Ulricehamn.

Ulricehamns Orienteringsklubb och Ulricehamns Tidning