



Jessheim Vintermaraton

19. november 2017



Løperinformasjon

Ullensaker/Kisa IL Friidrett ønsker velkommen til den 34. Jessheim vintermaraton. Løypa er den samme som i fjor, med små justeringer på grunn av omlegging av veger.

Sekretariat/utdeling av startnummer

Dette er i 1.etg. i **Is- og Flerbrukshallen**. Den er lokalisert ved friidrettsbanens sørvestre hjørne og er lett å se. *Se skilting.*
Vi åpner kl. 09.00 på løpsdagen.

Startnummer

I år innfører vi startnummer foran og bak for maraton og halvmaraton.
Det er kun **startnummeret foran som skal ha chip**. Vi gjør dette for at det skal bli lettere å se hvem som løper de ulike distansene - en ekstra motivasjon når en tar igjen løpere foran.

Starttider

10 km: kl. 10.45

Helmaraton: kl. 11.00

Halvmaraton: kl. 13.00

Løpere som forventer å bruke laaang tid må ha med seg refleksvest som påsettes senest ved utgang på siste runde!

Tidtaking

Tid (mellomtid/er og sluttid) tas med chip festet i startnummeret.

Tidene registreres ved passering av start-/målstreken. Ingen må passere over start-/målstreken ved oppvarming før start eller etter at målgang er fullført.

Ballongløpere

I år tilbyr vi også fartsholdere. På halvmaraton dekker vi tidene 2.00, 2.15 og 2.30.

På maraton dekker vi tidene 3.45, 4.00, 4.15 og 4.30.

Følgesyklister

Det vil være følgesyklister på både maraton og halvmaraton.

Drikkestasjoner

Det er to drikkestasjoner i løypa, etter ca 5 km og etter vel 10 km ved passering på stadion.

Vi serverer Isostar sportsdrikke, cola, vann, saft, bananer, noe salt og søtt.

Også drikke etter målpasering.

Headset

Vi oppfordrer at dere ikke løper med musikk på øret da dette kan føre til trafikale problemer og man hører ikke andre løpere som kommer bakfra, biler som kommer, eller anvisninger fra løypemannskap.

Løypene

Løypa går i sløyfer a ca 10.5 km, det vil si at halvmaraton løper 2 runder mens maraton løper 4 runder. 10 km løper en runde med start litt utenfor stadion. Løypa er lettløpt med en høydeforskjell på 36 meter. Den går for det meste på gangveg og sykkelsti. Et par partier går gjennom boligområder med begrenset biltrafikk. Vær OBS på noen private utkjørsler. Løypa er merket med merkebånd i gatelystmaster og i busker/trær i boligområder.

Det blir satt opp skilt for hver 5 km. For 10 km blir det skilt for hver kilometer. Disse vil bli tatt inn umiddelbart etter at siste løper har passert.

Det blir løypevakter mange steder i løypa. Følg deres anvisninger. Løypevaktene vil være utplassert i ca 5 timer, deretter tas en del av dem inn. Vær da spesielt OBS på å følge de vanlige trafikkreglene samt å følge med på løypemerkningen.

Se løypekartene på vår hjemmeside vintermaraton.no, våre Facebook sider, i sekretariat og i start- og målområde.

Race One – GPS tracking

Del ditt Jesseim Vintermaraton LIVE

La familie og venner få følge deg under hele Jesseim Vintermaraton. I år kan alle deltakere benytte RaceONE; appen som gir deg mulighet for LIVE-tracking, LIVE-video og offisielle resultater under hele løpet ditt. Ved hjelp av GPS i din mobil kan familie og venner følge deg under hele løpet.

Alle distansene på Jessheim Vintermaraton ligger allerede ute i app'en!

Sånn gjør du:

1. Last ned – RaceOne finns for Iphone og Android. Les mer på raceone.com
2. Registrer deg – Start appen, gå inn på ditt løp og registrer deg.
3. Del – Fortell familie og venner om RaceONE så de kan følge deg LIVE
4. Start – Aktiver løpet i RaceONE før start. Ta med mobilen når du løper. Tracking starter automatisk når du passerer startlinjen.

Toaletter

Under løpet blir det tilgang til toaletter bak tribunen på friidrettsstadion i start- og målområdet. Det blir satt opp skilt til toalettene. Det er også toaletter ved garderobene og sekretariatet. Det blir ikke toaletter i løypa.

Garderober

Garderober og dusj finnes i Is- og Flerbrukshallen som ligger i sør-vestre hjørne av Jessheim Friidrettsstadion (samme sted som Sekretariatet). Disse er åpne fra kl. 09.00.

Kiosk

Det er åpen kiosk i 2. etasje i Is- og Flerbrukshallen hvor du bl.a. kan få kjøpt varm og god lapskaus. Her vil også premieutdeling for klassevinnere finne sted.

Tidligstart

Det er gitt tillatelse til tidligstart for løpere som har avklart dette med løpsleder via e-post på forhånd (per-einar.roth@bring.com).

Førstehjelp

vil ha sin base i målområdet. Kontaktes via mobil 950 83 927. Alle løypevakter vil også kunne bistå og formidle kontakt med behov for hjelp.

I alvorlige tilfeller tilkalles ambulanse mobil nr 113.

Oppbevaring av verdisaker

Verdisaker mv. kan leveres til oppbevaring i sekretariatet. Lommebøker og mobiltelefoner mv. legges i konvolutt som påføres løperens startnummer. Dette blir ivaretatt under løpet. Ha helst med/på deg startnummer når du henter ut verdisakene. Det finnes også låsbare skap i garderoben, men da må du ha egen hengelås.

Premiering

Premiering skjer i Is- og Flerbrukshallen i 2.etg..

Alle får i utgangspunktet sine deltakerpremier like etter målpassering.

Kl. 13.00: Premieutdeling for 10 km: Premie til de 3 beste kvinner og 3 beste menn.

Kl. 15.30: Premieutdeling for hel- og halvmaraton: Premie til de 3 beste i alle klasser.

Her vil også de som i år deltar for 5., 10., 15. og 20.gang få sine premier.

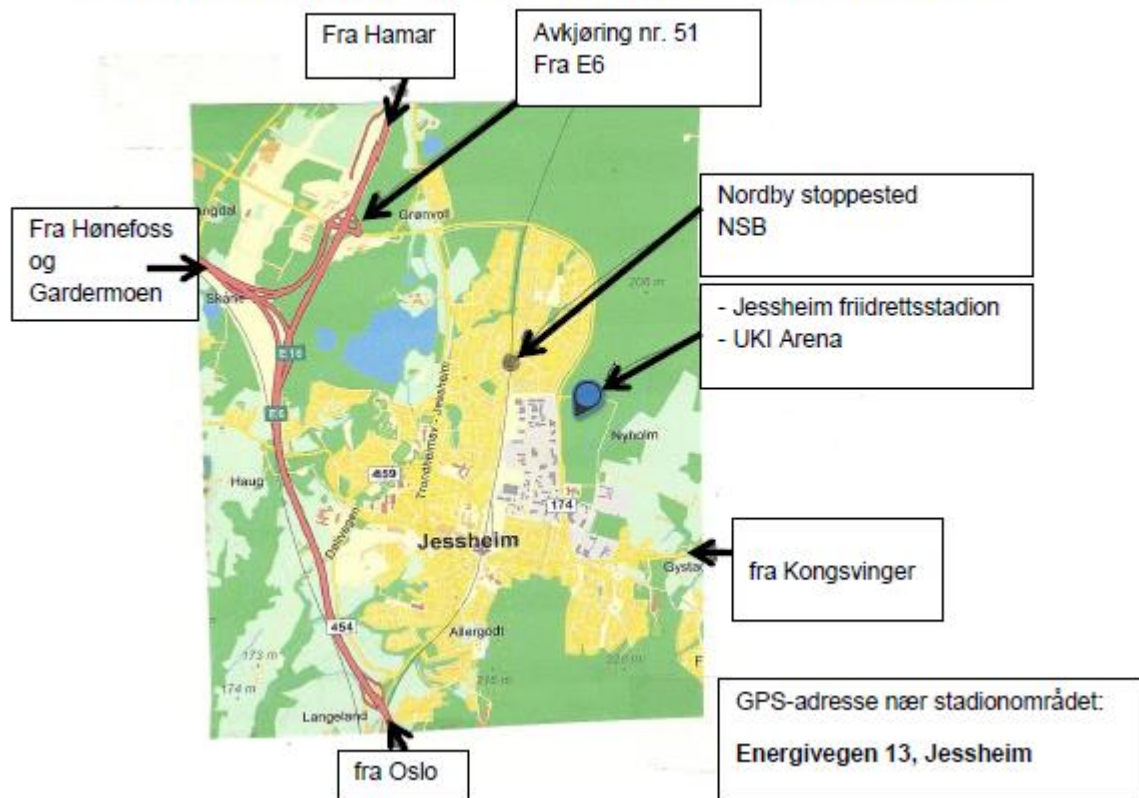
Vi ettersender ikke premier.

Parkering

Det er gratis parkering inntil stadion, både på nordsiden og østsiden av friidrettsstadion. På nordsiden noe begrenset pga utbygging. Vi gjør oppmerksom på at det er andre arrangement samtidig med oss. Vi vil ha parkeringsvakt ved stadion. Vennligst følg dennes anvisninger for parkering.



Hvordan komme til Jessheim friidrettsstadion



Vi ønsker velkommen til Jessheim Vintermaraton 😊

Vennlig hilsen
Per-Einar Roth, løpsleder