



Inbjudan Uddevalla X-trail. 2 /11 2019

- Banor** **1. Ca 13 km dam / herr / duo (2 st):** 50% skogsstig 50% obanad terräng
Banan passar dig som söker en riktigt tuff utmaning. Löpning till stora delar i obanad terräng på en snitslad bana över Herrestadsfjället: på myrar, över berg, genom skog och ris.
- 2. Ca 9 km dam / herr / duo (2 st):** 60% skogsstig 40% obanad terräng
Lite kortare, lika roligt – knixigt, brant och blött kan vi garantera! Banan följer några av de finaste stråken på Herrestadsfjället.
- Avgift** Bana 1-2 herr/dam: 350 kr. Bana 1-2 duo: 600 kr. **Senast 27 oktober.** Därefter +75 kr.
Efteranmälan på plats: +100 kr, i mån av plats.
- Åldersgräns** Åldersgräns 18 år, eller målsmans godkännande. Allt deltagande sker på egen risk.
- Soppa** Efter loppet bjuder vi på middag: ärtsoppa med bröd, kaffe med mera. Alt. Korv med bröd.
- Priser** Placeringspriser i 13 km dam, 13 km herr, 9 km dam och 9 km herr. I duo-klass pris för "best-in-show". Prisutdelning vid middagen, c:a kl 14:30.
- Anmälan** <https://portal.mikatiming.de/uddevallamtb/SportsProPortal/start.do?type=single&mid=9999991E2FDCCD000000155&locale=sv> (även betalning).
- Information** www.uok.se/foreningen/Arbetsrum/UddevallaX-Trail
- Tävlingscenter (TC):** Ramnerödsskolan. Vägvisning från RV 44, Fjällvägsmotet.
Parkering vid TC. Toaletter, omklädning och dusch finns.
- Tidtagning** Chip med livetiming (Arena Time).
- Start** Kl. 12 för bana 1-2. Maxtid bana 1: 3h, övr. ingen maxtid.
- Utrustning** Ingen obligatorisk utrustning förutom tidtagningspinne. *Rekommenderad utrustning:* trailskor.
- Markeringar** Banan är markerad med blåvita snitslar. Vätskestationer, tidtagningsstationer och flera stigkorsningar är bemannade.
- Regler** Att i avsikt att gena välja en annan väg än den utmärkta medför diskning. Meddela funktionär om du bryter. Deltagarna ansvarar för att ta rätt väg.
- Vätska** 2 st för 13 km-banan, 1 st för 9 km-banan. Vatten och sportdryck erbjuds.
- Försäljning** Café med kaffe, fika och godis finns vid TC. Sport- och orienteringsartiklar säljs av SM sport.
- Övrigt** Uddevalla X-trail och orienteringstävlingen Uddevallatrofén genomförs samma dag.
- Miss inte** **Herrestad fjällmaraton april 2019.** 42 km / 24km / 14km / 7km på Herrestadsfjällets leder.
- Tävlingsledare: Fredrik Olsson, 0702 830 117. Vid frågor: skogslopning@gmail.com