

Løperinformasjon 2016 – litt praktisk informasjon

Sekretariat/utdeling av startnummer

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

Starttider.

Halvmaraton: kl. 13.00

Helmaraton: kl. 11.00

NB: De løpere som forventer å bruke lang tid må ha med seg refleksvest som påsettes senest ved utgang på siste runde! Ta gjerne med hodelykt også.

Alle starter skjer inne på stadion. Se oppslag.

Løypene.

Hel- og halvmaraton går i sløyfer a ca 10,5 km. Deler av løypa er småkupert, men likevel lettløpt. Den går for det meste på gangveg og sykkelsti. Et par partier går gjennom bolig-områder med begrenset biltrafikk. Vær OBS på noen private utkjørsler. Hel- og halvmaraton er merket med merkebånd i gatelysmaster og i busker/trær i boligområder. Det blir satt opp gule skilt for hver 5 km.

Det blir løypevakter mange steder i løypa. Følg deres anvisninger. På hel- og halvmaraton vil de være utplassert i ca 5 timer. Vær da spesielt OBS på å følge de vanlige trafikkreglene samt å følge med på løypemerkingen.

Garderober

Garderober og dusjer finnes i bygningen i Flerbrukshallen (ved sekretariatet) og under tribuneanlegget (mellom friidrettsbanen og fotballbanen). Disse er åpne fra kl. 09.00 og stenges kl. 17.00. **Ta gjerne med egen lås for innlåsing av verdisaker.**

Kafeteria.

Det blir kafeteria med varm/kald mat og drikke i 2.etg. i Flerbrukshallen. Følg skilting. Her vil også premieutdeling for klassevinnere finne sted etter løpet.

Tidtaking.

Tid (mellomtid/er og sluttid) tas med brikke festet i startnummeret. Tidene registreres ved passering av startmatten. **Ingen må passere over matta ved oppvarming før start.**

Vi gjør spesielt oppmerksom på at dere ikke må bevege dere rundt startområdet før dere får beskjed om å gå til start, da brikkene deres kan utløses.

Følgesyklister.

Det vil være følgesyklister på både hel- og halvmaraton.

Headset

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

Drikkestasjoner

Det vil være 2 drikke/matstasjoner, en etter ca. 5 km og en ved runding etter ca. 10,5 km. Vi serverer sportsdrikke, cola, vann, saft, bananer, chips og annet smått.

Røde Kors.

De vil ha sin base i målområdet. De vil også kjøre gjennom løypa med jevne mellomrom.

Oppbevaring av verdisaker.

Verdisaker og bager mv. kan leveres til oppbevaring i sekretariatet. Lommebøker og mobiltelefoner mv. legges i konvolutt som påføres løperens startnummer. Dette blir innlåst under løpet. Ha helst med deg startnummer når du henter ut verdisakene.

Premiering.

Alle får i utgangspunktet sin deltakermedalje etter målpasering. Vi vil ha egen premiering til de 3 beste i alle klasser. Premiering skjer i Flerbrukshallen i 2.etg.. Her vil også de som i år deltar for 5., 10., 15. og 20.gang få sine løpspremier. Vi antar at premieutdelingen vil finne sted mellom kl. 15.00 og 15.30 – noe avhengig av når resultatlistene er klare.

Vi ettersender ikke premier.

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 er ikke toaletter i løypa.

Løpekart

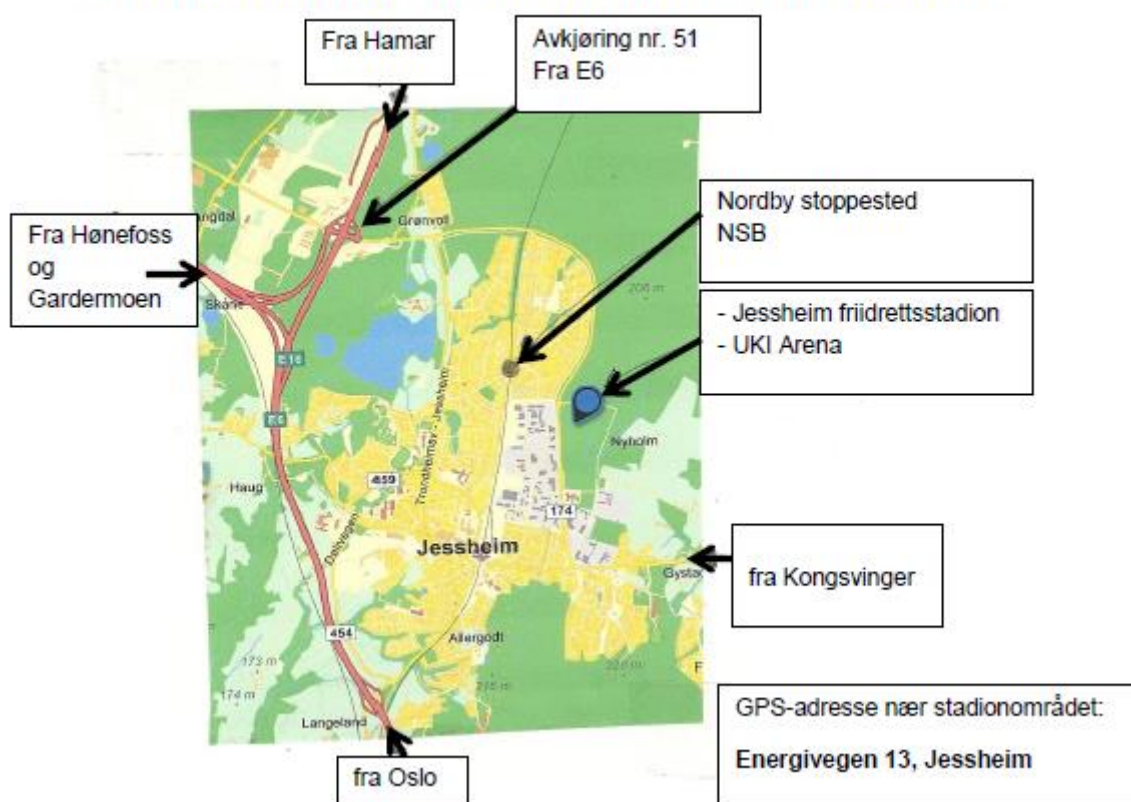


Parkering.

Det er gratis parkering inntil stadion, både på nordsiden og østsiden av friidrettsstadion. På nordsiden noe begrenset pga utbygging.



Hvordan komme til Jessheim friidrettsstadion



Vi ønsker velkommen til Jessheim Vintermaraton ☺

Vennlig hilsen
Per-Einar Roth, løpsleder