



Välkomna till
Mighty Marsh Run
Den 2a juni 2019
vid High Chaparral

Traillopp i tuff och obanad terräng

Start 11:00 (4 varv)

Klass 1. Kvinnor 10 km.

Klass 2. Herrar 10 km.

Start 11:00 (1 varv)

Klass 7. F12 2,5 km.

Klass 8. P12 2,5 km.

Start 11:00 (2 varv)

Klass 3. Kvinnor 5 km.

Klass 4. Herrar 5 km.

Klass 5. F15 5 km.

Klass 6. P15 5 km.

Springer du någon av
tävlingarna så
betalar du endast 100
kronor i entré till
High Chaparral på
lördagen och
söndagen. Barn under
1 meter går in gratis.

3 personer/lag

Alla tävlar individuellt men kan även
anmäla sig i ett lag på 10 km.

Oavsett om man är med i ett lag eller ej, så anmäler man sig individuellt i en klass också.

Priser: Priser utlottas bland samtliga deltagare. Pris också till de tre snabbaste i de åtta klasserna. Även pris till vinnande lag på 10 km.

Anmälan: Anmälningsavgiften insättes på bankgiro 386-3081(Bredaryds SOK)

Ange namn, klass och klubb som referens på inbetalningen.

Anmälan görs via e-mail: mightymarshrun@bsok.se, ange även där namn, klass, klubb och eventuellt lag. Anmälan gäller först när den är betald.

Ordinarie anmälningsstid fram till måndagen den 27:e maj

Anmälningsavgift: Ordinarie pris 200 kr klass 1-4, 100 kr klass 5-8.

Efter 27:e maj +100 kr i efteranmälningsavgift. Ingen extra avgift för lagenmälan.

Efteranmälan: Efter måndagen den 27:e maj är efteranmälan möjlig på arenan under tävlingsdagen mellan kl 09:30-10:30 mot en extra avgift av 100 kr. Betalning sker då till swish nr. 123 132 5810 eller kontant.

Nummerlappar: Nummerlappsutdelning öppnar kl 09:00 och är öppen till 10:15 för både för- och efteranmälda.

Lagtävling: Gå ihop med vänner, familjen eller arbetskamraterna och bilda ett lag. Laget består av tre deltagare. Laganmälan kan endast ske på 10 km och det går alldeles utmärkt att mixa damer och herrar i samma lag. Samtliga deltagare i laget får en individuell tid, men laget får också en sammanlagd tid. Observera att Ni som deltar i ett lag samtidigt deltar i den individuella klassen och därför också får en placering individuellt.

Lagresultat: De tre tiderna inom laget räknas samman, där laget med kortast totaltid hamnar främst i resultatlistan.

Bansträckning: En variationsrik trailbana med såväl lättlöpta partier som riktigt tuffa utmaningar. De lätta partierna består av lättlöpt tallskog och stig, medan det bitvis bjuds på blöta och gyttjiga passager. Mestadels ganska platt men en och annan backe erbjuds också. Deltagarna garanteras en löparupplevelse utöver det vanliga!

Vätska: Vätskestation finns vid varvningen och vid målgång.

Start och målgång: Vid arenan bakom campingplatsen på High Chaparral.

Tidtagning: Resultaten publiceras på hemsidan. Både individuella resultat och lagresultat.

Omklädning: Vi rekommenderar att deltagarna kommer ombytta till arenan. Efteråt erbjuds varm dusch och omklädning i tält nära mål.

Start och resultatlista: Kommer att finnas på vår hemsida <http://mightymarshrun.bsok.se/>

Boende: Hotell, stugor och camping bokas genom High Chaparral <http://www.highchaparral.se/sv/boende>

Tips: På söndagen arrangeras High Chaparral Sprinten i orientering med start kl. 8:45 med samma arena som **Mighty Marsh Run**, vilket gör det möjligt för traillöpare att också delta i orienteringstävlingen. Det finns många banor av olika längd och svårighetsgrad att välja mellan - och du kan anmäla dig på plats samma dag.

Vägvisning: Från väg 152 Bredaryd – Hillerstorp. Från avfart till arenan 3 km.

Tävlingsregler: Svenska Friidrottsförbundets gäller. Deltagande sker på egen risk.

Tävlingsledare: Kenneth Waltersson 070 521 30 59
kw@baldershuset.se



Bredaryds SOK

Välkomna till en löpartävling i hjärtat av Småland vid



en av Sveriges största upplevelseanläggningar.