



PM

Strandjoggen 6 Juni 2019

- Start:** Kl.10.30, Lilla Strandjoggen, kl.11.30 Gustavsberg (banlängd 870 m)
- Efteranmälan:** Fr.o.m. 1 Juni fram till kl. 9.30 tävlingsdagen, 350 kr för vuxen och 150 kr för ungdom t.o.m. 16 år. OBS! Max 1000 deltagare!
- Nummerlapp/T-shirt:** Kan hämtas på deVal, Brunegårdsvägen 2, från 1/6 – 5/6, (öppettider vard. 10-18, lörd.10-15). På tävlingsdagen hämtas det vid starten vid Riverside före kl.10.00 (även Lilla Strandjoggen). *OBS! De som ej hämtat nummerlappen till Lilla Strandjoggen vid Riverside kan hämta ut den vid Gustafsberg före 11.30! De 700 först anmälda får t-shirt!*
- Omklädning/Toa:** Vid STC TRAINING CLUB, det går även att duscha där efter loppet.
- Ombyte:** Placeras märkt på anvisad plats vid starten och transporteras sedan till målet. OBS! *Du har eget ansvar för värdeföremål.*
- Båttider:** Snabb båtresa tillbaks med Brandskärbåt ca: kl.11.30, i övrigt går de vita båtarna från ca:11.30 var 20:e minut hela dagen
- Dusch:** Vid Landbadet som är öppet och i de gröna barackerna vid fotbollsplanerna.
- Uppvärmning:** Friskis & Svettis, kl.10.10, vid starten.
- Vätska :** Vid Svenskholmen och vid målet, där även VG-regionen bjuder på fika i tältet ovanför målet.
- Tävlingsregler:** Svenska Friidrottsförbundets. Håll till höger på bryggan och visa hänsyn för gående. *OBS! Tävlanade sker på egen risk!*
- Priser:** Medalj till alla vid målgång.
- Prisceremoni kl.12.00:** Scenvagnen nedanför målet. Pris till de tre främsta i Herr- och Damklass, P16, F16, P10, F10, samt penningpriser till de tre första lagen som under samma namn har flest antal deltagare i mål oavsett tiden. Från scenen lottas det också ut några priser bland alla deltagare på långa banan som är kvar vid prisutdelningen
- Resultatlista:** Uppsättes vid målet och på hemsida www.strandjoggen.se
- Tävlingsansvarig:** Bror Widén 070-5143456 *Uddevalla IS Skidor & Friidrott*