



Norrtälje SwimRun 29 juli 2023

Snart är det dags, nedan hittar du all information om tävlingen.

Informations PM

Allmän information:

Start och mål är vid Sjötullstorget, Norrtälje. Tävlingen startar kl **13:00**. Våtdräkt är tillåtet och även paddlar samt lina mellan deltagarna (**OBS endast lina under simning, lag som använder lina under löpningen blir diskade**)

Registrering hos tävlingsledningen ska ske 30 min innan start.

Adress för tävlingsstart:

Sjötullstorget, 761 30 Norrtälje

Starttider:

Start öppen klass (Singel, Dam, Herr och Mix) 13:00

Junior och Junior med vuxen) 13:00

Prova på 13:00

Registrering:

Alla lag måste registreras med alla deltagare på plats 30 min innan start. Registrering sker i tävlingsområdet vid tävlingsledningen på Sjötullstorget i centrala Norrtälje. Det går även att anmäla sig på plats och det måste göras 1h innan start.

Tävlingsinformation:

Information om tävlingen, 15 minuter innan start, det är viktigt att alla är med då.

Sker vid start/målområdet

Banor:

Banorna kommer att ledas med skyltar märkta med Norrtälje SwimRun loggan. Banorna är inte avstängda för allmänheten. Det kommer vara mycket folk i rörelse och av säkerhetsskäl får man inte använda lina mellan deltagarna under löpningen. Banorna har olika underlag i form av löpning i skogsterräng, asfalt, kullersten och grus, därför rekommenderas försiktighet under vissa delar av loppet. Simsträckorna kommer bli,



ledas med röda Norrtälje SwimRun bojar. Om det sker att tävlande tvingas vänta vid broöppning så räknas den tid som laget får vänta av vid eventuell broöppning.

Mer information om banorna finns på hemsidan

<http://norrtaljeswimrun.se>

Tidtagning:

Tidtagning med Sportident. Vid förlorad "pinne" är det en avgift på 600:-

Priser/Prisutdelning:

Priser delas ut till ettan, tvåan och trean i vuxen klass

Tävlingsregler:

- Man tävlar i par om två eller singel.
- Det tävlande laget får aldrig vara mer än 10-15 meter ifrån varandra.
- Den utrustning man har på sig i start måste man medföra över mållinjen.
- Man får inte slänga skräp på banan, det kan leda till diskning.
- Man måste ta hänsyn till andra lag och i en akutsituation hjälpa andra i banan.
- Man får ej använda simfötter.
- Man måste vara simkunnig (gäller ej ungdom 1-9 år med vuxen).
- Det är tillåtet att använda våtdräkt.
- Det är tillåtet att använda dolme.
- Det är tillåtet att använda paddlar
- Det är tillåtet att använda calves
- Det är tillåtet att använda lina som kopplar ihop deltagarna
ENDA ST UNDER SIMNINGEN.
- Alla deltagare är tvungna att lyssna på hänvisningar från funktionärer och tävlingsledare
- Vid brytning av tävling måste deltagarna meddela närmaste funktionär.

Praktisk info:

Det kommer att finnas tillgång till omklädestält och toalett vid tävlingsområdet. Under och efter tävlingen kommer det finnas mat i form av fika och frukt till alla deltagare.



Säkerhet:

All deltagande sker på egen risk. Men vi ser seriöst på säkerheten under tävlingen. Funktionärer kommer att finnas runt hela banan och sjukvårdare kommer att finnas på plats i startområdet. Det finns även en olycksfallsförsäkring genom Folksam som täcker alla deltagare och funktionärer under tävlingen.

Parkering

Det kommer inte att finnas parkering anordnat för deltagarna, däremot finns det gatuparkering samt parkeringsplatser vid Åtellet och inne i Norrtälje stad (observera att följa gällande parkeringsregler).

Transport:

Norrtälje busstation ligger 10 min gångavstånd från Åtellet. Från Stockholm tar man buss 676 från Tekniska Högskolan till Norrtälje busstation.

För frågor eller funderingar vänligen kontakta tävlingsledningen på våra sociala medie, info@spillersboda.se eller via vår hemsida <http://norrtaljeswimrun.se/Kontakt/>

Vi ses den 29e!!

Tävlingsledningen