

# Start PM **HAMMARÖLOPPET**

## Startkuvert

Ditt startkuvert hämtas ut innan start på Svensk Fastighetsförmedlings kontor, Björkhagsgatan 6 i Skoghall. Startkuverten kan hämtas ut:

Torsdag 1 september 10.00-16.00

Fredag 2 september 10.00-17.30

Efteranmälan sker även under dessa tider på Svensk Fastighetsförmedlings kontor. Efteranmälan kostar 400kr och betalas kontant på plats. Efteranmälningsplatserna är begränsade.

Startkuvertet innehåller nummerlapp och tidtagningschip. Varje chip är kopplat till just ditt startnummer.

## Starttider och distanser

Hammaröloppet startar klockan 18.00, fredagen den 2 september.

SATS Karlstad håller i en uppvärmning innan starten, uppvärmningen börjar klockan 17.40.

Följ funktionärernas uppmaningar. Vid frågor vänder du till tävlingsledare Camilla Dahlström och Pär Johansson. Vid frågor innan tävlingsdagen kontakta [hej@capakarlstad.se](mailto:hej@capakarlstad.se)

Hammaröloppet har två distanser, 5km (ett varv) och 10km (två varv).

Funktionärer kommer att finnas längs banan som är snitslad.

## Vätskekontroller

Längs banan finns en vätskekontroll, vid Lillängshamnen efter 3km/8km. Där serveras vatten och sportdryck. Vatten finns även när du som deltar i 10km distansen passerar varvningen efter 5km.

## Tidtagning Hammaröloppet

Tidtagning sker med ett automatiskt tidtagningssystem. Du fäster ditt tidtagningschip längst ner runt vänstra fotleden och behåller det på under hela loppet. Funktionärer tar av ditt chip när du är gått i mål. Har du inget chip får du ingen tid!

Ej återlämnat chip debiteras 1000 kr.

## När du gått i mål

När du gått i mål, lämnat ditt chip och fått din medalj, så kommer du som deltagare att bjudas på Värmländska delikatesser i Svensk Fastighetsförmedlings afterrace-lounge. Slå dig ner i någon av solstolarna, det serveras vatten, kaffe, frukt samt korb med bröd som du kan fylla på dina energidepåer med.

Prisutdelning sker när samtliga deltagare gått i mål. De tre första på varje distans vinner pris och vi har också ett antal priser för utlottning. Utlottningspriserna kan du vinna på ditt startnummer och du måste vara på plats när du nummer ropas ut för att ta emot priset. Vi har ett fint prisbord med priser från bland annat, Salming Running, Team Sportia Karlstad, Scandic Karlstad och Löfbergs.

Det kommer finnas möjlighet till ombyte och dusch.

Fullständiga resultatlistor för Hammaröloppet kommer att finnas på [www.hammaroloppet.se](http://www.hammaroloppet.se) under XXXdagen den X september.

# Varmt välkommen till

**HAMMARÖLOPPET** 