



PM – Genarps IF Trail Lördagen den 7 juli 2018

**GIFT! En tuff och utmanande sträcka på cirka 27 km och med 550 höjdmeter.
Begränsat antal deltagare!**

Tävlingsdag och starttid

Starten sker vid Ekevallen i Genarp lördagen den 7 juli 2018 klockan 10.00.

Obligatorisk genomgång kommer att ske vid starten cirka 5 minuter innan start.

Klasser

Två dam- och två herrklasser:

K Tävling	Tävlingsklasser öppen för medlemmar i klubb ansluten till Svenska Friidrottsförbundet eller motsvarande utländsk organisation.
M Tävling	
K Allmän	Motionsklasser öppen för alla löpare.
M Allmän	

Löpare måste minst fylla 17 i år d.v.s. vara född år 2001 eller tidigare.

Spring i Skåne Trailcup 2018

Under 2018 arrangeras en cup med 6 traillopp i Skåne. Segrarna i cupen kan titulera sig skånsk mästare i trail.

För att delta i Spring i Skåne Trailcup ska man anmäla sig i klass K Tävling eller M Tävling och representera förening ansluten till Skånes Friidrottsförbund. Läs mer på

<http://www.skaneFriidrott.org/tavlingar/spring-i-skane-trailcup-2018/>

Följande sex traillopp ingår i cupen:

3 mars Åhus Trail Run

22 april Göingefejden Trailrun

7 juli Genarps IF Trail (GIFT)

1 sept Ryssberget Trail

13 okt Skrylle Challenge

25 nov Kristianstad Trail

Anmälan & Anmälningsavgifter

Gå in på vår hemsida www.genarpsif.se, välj Löpning och GIFT. Anmälan senast 6 juli kl 12.00. Betalning sker via faktura som skickas till angiven mejladress. Anmälningsavgift till och med 1 juli är 350 kr Anmälningsavgift till och med 6 juli kl 12.00 är 450 kr.

Namnändring

Till och med 6 juli kl 12.00 går det bra att ändra namn på anmälan mot en avgift på 100 kr. Mejla till bo@abbakonsult.se.

Parkering

Parkeringsplats finns på Ekevallen.

Omklädnings, toalett och dusch

Ekevallens idrottsplats.

Nummerlappar

Hämtas tävlingsdagen senast 30 min före start. Ska bäras synlig på mitt på framsidan under hela loppet. Om löpare bryter tävlingen ska nummerlappen tas av.

Regler & Säkerhet

Alla deltar på egen risk.

Det är förbjudet att skräpa ner under loppet. Allt som tas med vid start ska tas med tillbaka till målet eller slängas vid vätskekontrollerna.

Vi uppmanar deltagarna att visa hänsyn till naturen. Det är självklart och obligatoriskt att vid behov hjälpa andra löpare.

Stavar är inte tillåtna.

Rekommenderad utrustning

- Vätska
- Energi (Gel, energikaka etc.)
- Mobiltelefon

Banan

Banans start och mål är på Ekevallen i Genarp. Banan går längs stigar och skogsvägar på Romeleåsen och kommer troligen vara samma som förra året med några förbättringar. Banan mäter cirka 27 km och med cirka 550 höjdmeter. Banan är markerad med röd/vita snitslar.



GIFT är certifierad av ITRA (<http://i-tra.org>)



Endurance points: 1 point (new scale)
0 point (old scale)

Mountain level: 2

Finisher level: 320

Tidsgräns

Maxtid för GIFT är 4 timmar och 30 minuter d.v.s. målet stänger klockan 14.30.

Dessutom är det maxtid på 1 timme och 45 minuter vid första vätskekontrollen vid cirka 10 km.

Brutet lopp

Deltagarna som bryter loppet måste meddela tävlingsledningen snarast. Prata med en funktionär eller ring på 0702-437206.

Vätska och förtäring

Vatten, energidryck, Coca-Cola, banan, bulle, serveras vid cirka 10 och 18 km samt vid mål.

Priser

Priser delas ut till de tre främsta i de fyra tävlingsklasserna. Alla löpare som fullföljer får en fin träningströja.

Prisutdelning

Beräknas ske kl 13.30.

Resultat

Presenteras på hemsidan.

Servering

Vid målgång bjuds samtliga löpare på pizza, dryck, kaffe m.m. Familj och vänner kan köpa detta till förmånligt pris.

Samarbetspartners

Björnstorp och Svenstorps godsförvaltning.

RaidLight 