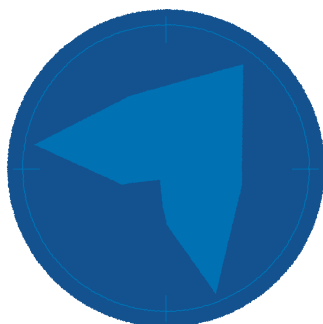




LØPSMANUAL 2018

PREIKESTOLEN MARATON



LØPSMANUAL 2018

LØPSINFORMASJON	02
PÅMELDING	03
PRAKTISK INFORMASJON	04
SIKKERHET FOR LØPEREN	05- 06

NORGES HARDESTE FJELL MARATON?

BLI MED PÅ 2.UTGAVE AV PREIKESTOLEN MARATON!
LØPET GJENNOMFØRES PÅ NORD-EUROPAS SUVERENT
MEST POPULÆRE FJELL PREIKESTOLEN, HVOR DET FRA
HELE KLODEN VALFARTER CA.300 000 TURISTER PR.ÅR.

LØPSINFORMASJON

Dato: 22.sept.2018

Start Kl.: 09:00

Distanse: 42.195 km.

Total høydemeter: 2.600

Start / Mål : Preikestolen Fjellstue

Antall runder t/r Preikestolen: 5

De tre første rundene vil få en sløyfe i start/målområdet.

Underlag: Terreng

Løpets høyeste punkt: 604 moh

Makstid målgang: 9,5 t. Kl.18:30

Sperretid: Etter 33km. Kl. 17:00 (4 t/r Preikestolen Fjellstue – Preikestolen).

Mellomtid: Ved Preikestolen Fjellstue (målområdet) og på Preikestolen

Deltakere som ikke ankommer overnevnte slutt tid vil ikke få registrert sluttid. Dersom du bryter løpet er det viktig at du gir beskjed umiddelbart til løpsleder.

Den enkelte er selv ansvarlig for å ta seg selv tilbake til start-/ målstedet eller steder etter eget ønske.

PÅMELDING

Pris kr. 750,-

Billettsalget stenger 20.09.18 kl. 18.00

Dekker

- Planlegging/klargjøring og organisering m.m.
- Medaljer til alle som fullfører
- Matstasjon i start/målområdet.

- Påmelding åpner 04. desember 2017 kl.18:00
- Ved påmelding må du godkjenne at du har **lest og forstått** løpsmanualen.
- Påmeldingen er bindende og det er ikke mulig å selge/overta plass som allerede er tildelt.
- Det gis **ingen refusjon** ved sykdom, skade, avmelding e.l.
- Alle som fyller 16 år pr. 22.09.2018 kan delta.

Det settes opp ventelister, ved avmelding blir førsteman på ventelisten kontaktet.

PRAKTISK INFORMASJON

DET KAN VÆRE NORGES HARDESTE OG SPEKTAKULÆRE FJELLMARATON !

Løpet starter ved Preikestolen Fjellstue og følger hovedsti til Preikestolen. Maratonløpet vil gå i ett FANTASTISK fint og spektakulært området med generelt bra og opparbeidet løypetrasse. Løypa følger hovedstien inn til Preikestolen og er lett å finne, den vil også være GODT merket med røde vimpler merket Lysefjord Running, pluss masse motivasjonsskilter. Løperne snur på selve Preikestolplatået . Før løperne kommer til vendepunkt vil det bli satt opp skilt FORBUDT MOT Å LØPE. Årsaken til forbudet er at ikke løperne skal komme i konflikt med hverandre før/under og etter vending - sikkerhet ift.bredde på sti og høyde ned. Denne dagen er hovedstien prioritert Preikestolen Maraton. Hovedstien har generelt god passeringmulighet for løperne. Vi håper at mange kommer for å heier på løperne langs løypa og i målområdet.

Høydemeter INN til Preikestolen :

420

UT fra Preikestolen:

80 (5 runder)

Antall tur/retur Preikestolen Fjellstue - Preikestolen :

5 på 8 km. pr.runde.

De tre første rundene vil får en sløyfe i start/målområdet.
(høydemeter pr.runde er på 30)

Sikkerhet for løperen

BEDRE LØPSOPPLEVELSE MED RETT UTSTYR OG ERNÆRING

Mat, klær, mobiltelefon til bruk under løpet (ikke dekning under hele løpet). I et løp som dette kan været skifte brått underveis og det er nødvendig at deltakerne er forberedt på dårlig vær.

ERNÆRING

Deltakerne må ha med seg mat og drikke. Ved matstasjon i start/ målområdet gis det mineralvann (Coca Cola), ernæringsdrikke, vann og noe å bite i. Ved målgang gis det itillegg enkel mat.

SIKKERHET

Dersom det oppstår en situasjon som krever bistand utenfra benyttes offisielle nødnumre, i tillegg tas det kontakt med løpsleder på oppgitt mobiltelefon.

(Tlf.926 10143 - Willy Steinskog)

Den enkelte er selv ansvarlig for egen sikkerhet under løpet og for at han/hun er godt forberedt til å gjennomføre løpet. Les løpsbeskrivelsen nøye og følg med på den informasjonen som gis på løpets hjemmeside/facebook og info før start (kl.08:45). Likevel er det viktig at den enkelte deltaker forbereder seg GODT, følger merket løype merket med røde vimpler og sperreband merket Lysefjord Running. Den enkelte må bruke egen vurderingsevne ute i løypa i den aktuelle situasjonen, slik vil sikkerheten bli ivaretatt på beste måte. Det vil være tilstede helsepersonell i start/mål og løypen. Den enkelte deltaker må ha med seg nødvendig medisiner ift.evnt.sykdommer /skader du har fra før.

AVLYSNING

Ved avlysning av vårt arrangement før arrangementsdagen kan arrangøren beholde 50% av startkontingenten til dekning av utgifter.

Ved avlysning av løpet på grunn av plutselig oppståtte vær-/klimatiske forhold eller annen force majeure beholder arrangøren startkontingenten.

FORSIKRING

Alle deltagere som melder seg på Preikestolen Maraton må vite om ulike farer og risikoer dette innebærer. Arrangør er forsikret og kan ikke gjøres ansvarlig for noen form for skade som skulle skje løper i tilknytning til arrangementet.

Skade menes her

Skade på person
Skade på ting

Arrangør har ikke noe ansvar for evt. tyveri. Med din påmelding bekrefter du at jeg ikke har eller har hatt sykdommer som kan framkalle akutte anfall, og jeg bekrefter at jeg ikke er påvirket av alkohol eller andre rusmidler under arrangementet.

Som deltaker skal du være klar over at du ikke er forsikret av arrangør Lysefjord Running dersom en ulykke/skade skulle oppstå under arrangementet.

PERSONOPPLYSNINGER OG BRUK AV PERSONLIGE BILDER OG SITUASJONSBILDER

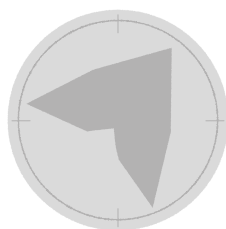
Ved påmelding til vårt arrangement, samtykker du i at ditt navn og bilde vil bli offentliggjort i start- og resultatlistene, som også blir lagt ut på web i søkbar form, slik at også tidligere års resultater kan gjenfinnes.

Disse listene kan også inneholde opplysninger om aldersklasser og klubbmedlemskap.

Persondata og resultater vil bli lagret i vår database i samsvar med bestemmelsene i Personopplysningsloven.

Påmelding innebærer samtykke til at situasjonsbilder av deg blir lagt ut på vår hjemmeside og facebook etter arrangementet. Slike bilder vil inngå i vårt fotoarkiv og kunne bli gjenstand for gjenbruk av lignende art, for eksempel tidsskrifter og publikasjoner. Bilder kan også bli brukt i kommersiell sammenheng. Bildene benyttes for og til aviser, tidsskrifter og andre tredjeparter.

Ved videresalg av bilder har kjøperen ansvaret for at bruken skjer i samsvar med relevant regelverk.



LYSEFJORD RUNNING

WWW.LYSEFJORDRUNNING.COM