

# Välkomna till Strömmingsloppet lördag 11 maj 2019

Lördag 11 maj 2019 är det tävlingsdags och folkfest på Lägret i Vaxholm igen. Två distanser för alla, 5 km och 10 km, samt Lilla Strömmingsloppet för barn under 12 år. Det blir roliga aktiviteter, tävlingar, servering och lokal försäljning på Lägret i samband med loppet.

## Anmälan

Anmäl dig på [www.strommingsloppet.se](http://www.strommingsloppet.se). Anmälningsavgifter:

Klass	Till 7/1	8/1 – 5/5	På tävlingsdagen
Damer/herrar, 5/10 km	200 kr	250 kr	325 kr
Upp till 16 år, 5/10 km	120 kr	170 kr	220 kr
Barnklasser, upp till 12 år	70 kr	100 kr	130 kr

## Preliminär agenda

- 9-11.30 Nummerlappsutdelning och efteranmälan i det stora tältet på Lägret.
- 10.15 Lilla Strömmingsloppet FP6 (födda 2013 och senare) 400 m (lilla varvet).
- 10.30 Start Lilla Strömmingsloppet F8 (födda 2011-2012) 900 m (1 varv)
- 10.40 Start Lilla Strömmingsloppet P8 (födda 2011-2012) 900 m (1 varv)
- 10.50 Start Lilla Strömmingsloppet FP10 (födda 2009-2010) 1800 m (2 varv)
- 11.10 Start Lilla Strömmingsloppet FP12 (födda 2007-2008) 1800 m (2 varv)
- 12.02 Gemensam start 10 km (Damer, Herrar, F16 och P16)
- 12.07 Gemensam start 5 km (Damer, Herrar, F16 och P16)

## Bansträckning



10 km (grön markering på kartan)

5 km (gul markering på kartan)

Det finns gula (5 km) resp gröna (10 km) pilar på marken som visar vägen längs banan. Banan är också snitslad. Kilometermarkeringar finns vid varje kilometer. Observera att 5 och 10 km banan går tillsammans förbi första vätskekontrollen vid 3 km, därefter viker 5 km banan av till vänster och 10 km banan viker av åt höger.

**Lilla Strömmingsloppet** för barn 12 år och yngre. Banan går runt Lägret och Vaxholms kyrka på stigar och trottoarer. Barnklasserna går innan vuxenklasserna, start från kl 10.15 till 11.10 beroende på åldersklass. De yngsta springer 400 m och de äldsta 1800 m. Banan är snitslad och vi har för cyklister.

**Start och mål** Start och mål är på Lägret, ett parkområde som ligger i anslutning till Vaxholms centrum. Start för 10 km kl 12.02 och för 5 km kl 12.07. Tiden är satt för att buss 670 inte ska störa löparna.

**Priser** Medalj och goodiebag vid målgång till alla deltagare i Lilla Strömmingsloppet. Istället för medaljer på 5 km och 10 km skänker vi pengar till Rädda barnen. Vi har även i år vår segrartröja till samtliga individuella segrare. Hederspriser delas ut till de tre främsta i varje klass, dock inte i knatteklassen FP6. I de tre lagtävlingarna har vi fina vandringspokaler och pris till alla deltagare i segrande lag.

**Lagtävlingen** Vi har tre lagtävlingar; 5 km, 10 km samt Lilla Strömmingsloppet. De fyra främsta löparna i laget räknas ihop till en sammanlagd tid. För övriga fullföljande löpare i laget (ytterligare max 6 stycken) dras fyra minuter per löpare ifrån den sammanlagda tiden i 10 km klassen. I 5 km klassen är avdraget per ytterligare löpare 2 minuter. I Lilla Strömmingsloppet vinner laget med flest fullföljande löpare totalt, oavsett kön, ålder och sträcka. Vid lika många deltagare så vinner det lag med bäst placeringar.

**Kringarrangemang** Besök gärna våra utställare och sponsorer på Lägret och var med på olika aktiviteter under dagen. Vi har en lokal marknad, prova –på aktiviteter och tävlingar.

**Kontakt** Mer information finns på [www.strommingsloppet.se](http://www.strommingsloppet.se). Vid frågor går det bra att maila [info@strommingsloppet.se](mailto:info@strommingsloppet.se)

**Arrangörer är Waxholms orienteringsklubb**

**Varmt välkomna!**