



LIFTEN ÖPPNAR

GENOMGÅNG  
SNÖGUBBEN

START

LIFTEN STÄNGER

BERÄKNAD  
FÖRSTA MÅLGÅNG

MÅLET STÄNGER

**TIDSSCHEMA FJÄLLNATTEN 2019** ..... 20.30 ... 21.10 ... 21.30 ... 21.50 ... 22.25 ... 23.45 .....

**DATUM**

Fredag 23 augusti 2018

**KLASSER**

Damer 12 km      Herrar 12 km  
Damer 7 km      Herrar 7 km

**ARENA**

Arenan är placerad på Experiumtorget.

**START**

Starten är belägen vid Snögubben, vid toppen av Gustav Express. Liften utgår från Gustavstorget 1km NV om arenan och kommer vara öppen mellan 20.30-21.50. Öppen för anhöriga som vill upp & kolla. Det är deltagarens eget ansvar att vara vid liften i god tid innan start. Gemensam start sker **21:30. Överdragskläder tas med tillbaka till målet.**

**MÅL**

Målet på arenan stänger kl. 23:45.

**BANMARKERING**

Banan är markerad med reflexer. Km-skyltar för Fjällnatten är svarta med vit text och förstärkta med reflexfärg. Det förekommer även banmarkering för lördagens lopp, bortse från dessa.

**TÄVLINGSEXPEDITION**

Tävlingsexpeditionen finns inne i Skilodge. Öppettider: fredag kl. 15:00-21:00.

**DELTA GARKUVERT**

Deltagarkuvert innehållande nummerlapp, Fjällnattenmössa m.m. hämtas i tävlingsexpeditionen inne på Skilodge. Nummerlapp skall bäras väl synlig på bröstet.

**SÄKERHET/UTRUSTNING/KLÄDSEL**

Vi rekommenderar starkt alla deltagare att oavsett väderlek bära med en vindjacka under loppet. Väderleken på fjället kan snabbt förändras och för lite kläder kan leda till nedkylning vilket kan vara förenat med livsfara. Arrangören har löpare ute längs med banan. Det är deltagarens ansvar att läsa innehållet i PM och deltagande sker på eget ansvar. **Pannlampa är obligatorisk utrustning.**

**OMKLÄDNING**

Omklädning i Majkens Take Away på arenan. Ingen duschmöjlighet finns.

**TOALETTER**

Toaletter finns inne på Experium. Även vid start.

**FÖRVARINGSUTRYMME**

Vid startområdet finns möjlighet att förvara väskor och kläder i Majkens Take-away. Dina ägodelar övervakas under loppet av arrangören, men all förvaring sker på egen risk och arrangören tar inget ansvar för förlorade värdesaker.

**PRISUTDELNING**

Prisutdelning med hederspriser för de tre främsta sker vid arenan omgående efter att topp 3 gått i mål.

**ANMÄLAN**

Anmälan till loppet sker online via hemsidan [www.fjallmaratonsalen.se/anmalan](http://www.fjallmaratonsalen.se/anmalan) eller på plats i expeditionen inne på Skilodge. Expeditionen är öppen 15.00-21.00.

**I anmälningsavgiften ingår:**

- Valfyllt energi- och vätskestation vid Stensjön.
- Elektronisk tidtagning
- Bagheera Fjällmaraton Sälen deltagarmössa speciellt framtagen för Fjällnatten.
- Energi och vätska efter målgång.
- Rabetterat pris på pannlampan X10 från M tiger Sports.

**TERRÄNG**

Banan går i omväxlande terräng, uppe på kalfjället längs vandringsleder och skogsvägar. Banan är utmärkt. Löpbarheten är mycket varierande från lättlöpt väg till steniga vandringsleder.

OBS! Vandringslederna uppe på kalfjället är delvis steniga och spänger finns även utlagda partivis. Dessa partier kan vara hala vid nederbörd. lakttag försiktighet!

**MAT/BANKETT**

ICA Lindvallen har förlängt öppetiden under fredag kväll och håller öppet till kl. 21:00 för att underlätta för sent ankomna gäster. Övriga öppettider 08-20 alla dagar.

**Fredag 18:00-21:00** serveras uppladdningsbuffé på Skilodge. Pris: Vuxen 195 SEK, barn 95 SEK.

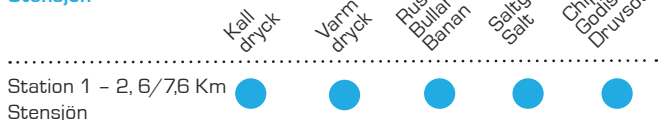
**Lördag 19:00-** arrangeras den populära fjällmaraton-banketten med musikunderhållning. Pris: Vuxen 315 SEK, 8-12 år 135 SEK, 4-7 år 105 SEK, 0-3 år gratis. Biljetter köpes i samband med anmälan till loppet, senast den 19 augusti 2019.

**KONTAKT**

Vid frågor, kontakta oss via e-post på [info@fjallmaratonsalen.se](mailto:info@fjallmaratonsalen.se).

**ENERGISTATION**

**Stensjön**



Station 1 - 2, 6/7,6 Km Stensjön

Kall dryck = Vatten & Sportdryck

Varm dryck = Saft

Vid målet serveras vatten, sportdryck och tilltugg.

