



# PM 2019



## Hålltider/ Event Schedule

- 11.7.2019 11.00-18.00** Efteranmälning och utdelning av startkuvert på **LEKIA** i Maxinge  
Late- registration and distribution of registration packets at Lekia in Maxinge
- 12.7.2019 18.00-20.00** Tävlingskansliet öppet (efteranmälning och utdelning av startpaket)  
The competition – office is open (late registration and distribution of registration packets)
- 13.7.2019 12.00** Tävlingskansliet öppnar/ The competition-office opens
- 13.30** Sista chansen att efteranmäla sig till Semesterloppet  
Last chance for late registration
- 14.15** Sista chansen för förhandsanmälda att hämta startpaket  
Last chance to pick for pre-registered to pick up registration packet
- 14.15** Racebriefing
- 14.30** Semesterloppet startar/ Semesterloppet starts (12, 8 & 4 km)
- 14.35** Lekialoppet 1 km startar/ Lekialoppet 1 km starts
- ~16.30** Prisutdelning på Käringsund Resort & Conferences terrass  
Prize award ceremony at the terrace

# Semesterloppet - en motionsfest för hela familjen!

2019

För att säkert få njuta av sol under sommaren rekommenderas ett besök i Käringsund, Eckerö på västra Åland den andra lördagen i juli. Då ordnas det årliga **Semesterloppet**, vanligen i strålande solsken från en klarblå himmel!

Loppet är en tradition som brukar kallas hela familjens motionsfest och lockar både återkommande deltagare från år till år men även hela semestrande familjer som lite oplanerat hittar sig själv på startlinjen. Detta är ett motionslopp, som ordnades första gången 1983, där de glada motionärerna springer i samma klass som de som tävlar om att få en bra tid – alla är lika välkomna och var och en får välja den sträcka som passar bäst!

**Löp, jobba eller gå – alla sätt är lika rätt!**



**Peppi Pirat** finns på plats för att heja på deltagarna!



## Startpaket och tidtagning

Startpaketet innehåller **nummerlapp** och **tidtagningschip**. Nummerlappen fästs med säkerhetsnålar (finns med i startpaketet, behöver inte returneras) på bröstet/ magen.

**Obs! Nummerlappen ger dig 3€ rabatt i café efter avslutat lopp vid köp av minst 10€.**

**Tidtagning** sker med chip (finns i startpaketet) som fästs med kardborreband på ena vristen (se bild nedanför).

Resultattiden beräknas från startskottet tills att deltagaren springer över mållinjen.



Ifall deltagaren avbryter tävlingen skall chippet återlämnas till tävlingskansliet utan fördröjning. Efter fullföljd tävling tar funktionärerna hand om chippet. **För ej återlämnat/borttappat chip debiteras löparen 90€.**



*Nummerlappar i samarbete med Sporttinni*

## Motionsklasser

**12 km** – herr och dam

**8 km** – motion (alla åldrar) samt pojkar ( $\leq 16$ år) och flickor ( $\leq 16$ år)

**4 km** - motion (alla åldrar) samt pojkar ( $\leq 12$ år) och flickor ( $\leq 12$ år)

**Lekialoppet 1km** - juniorer och vuxna som följer med yngre deltagare



## Banbeskrivning

Löpningen/ promenaden sker längs en 4kms bana (4km – 1 varv, 8km – 2 varv och 12km – 3 varv).

Barnen springer längs en egen 1km bana, med start och mål på samma ställe som övriga.

Båda banorna är märkta med pilar och markeringsband.

Kartor över banorna finns här i bladet, på [www.semesterloppet.ax](http://www.semesterloppet.ax) och vid tävlingskansliet.

## Vätskestationer

Deltagare på 8- och 12km har tillgång till vätska vid varje runda till start- och målområdet.

Vid målgång finns vätska (vatten, saft, Powerade-sportdryck) och litet tilltugg (banan, bulle) för alla deltagare.

**Undvik att skräpa ner vår natur! Ev. skräp tas med till start- och målområdet.**

## Vi återvinner

Muggarna och glasen som används vid servicestationen är komposterbara och separeras därför från övrigt avfall.

**Hjälp oss att sortera genom att använda rätt kärl vid servicestationerna - tack!**



## Priser och prisutdelning

**Alla deltagare får en medalj vid målgång!**

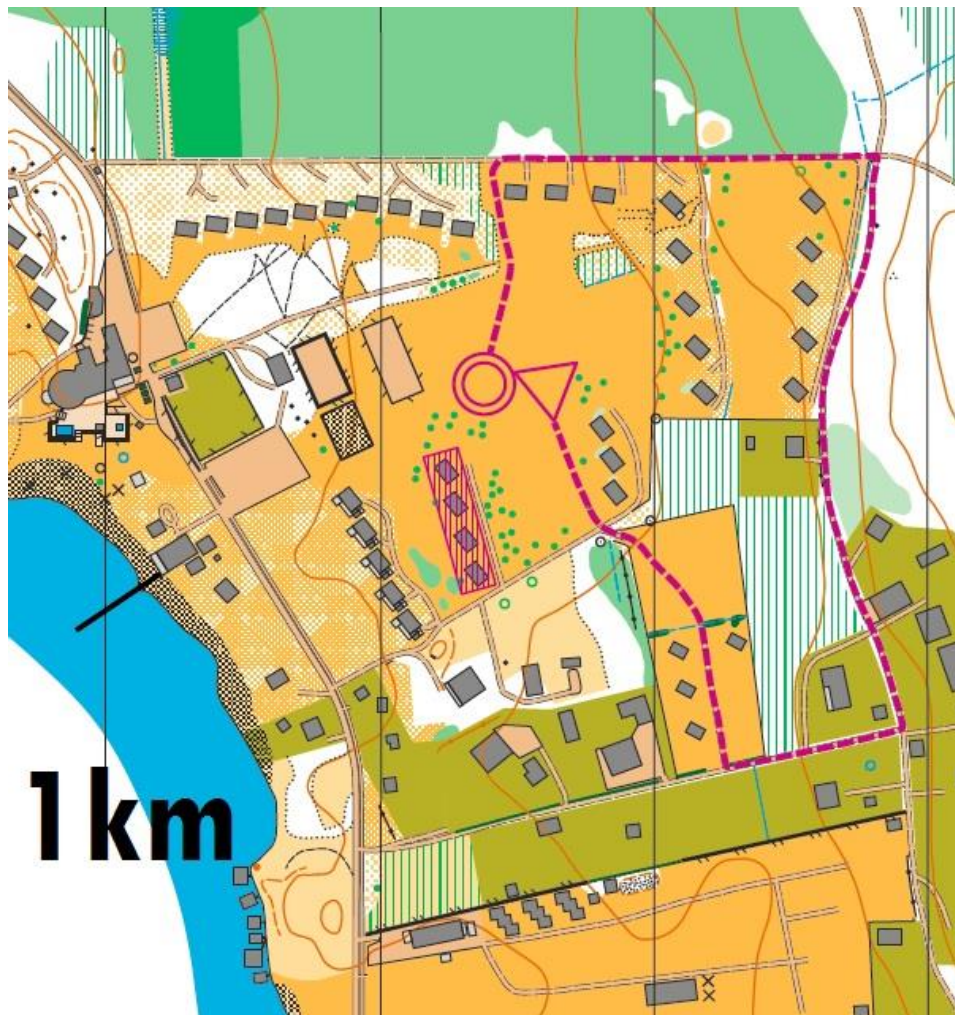
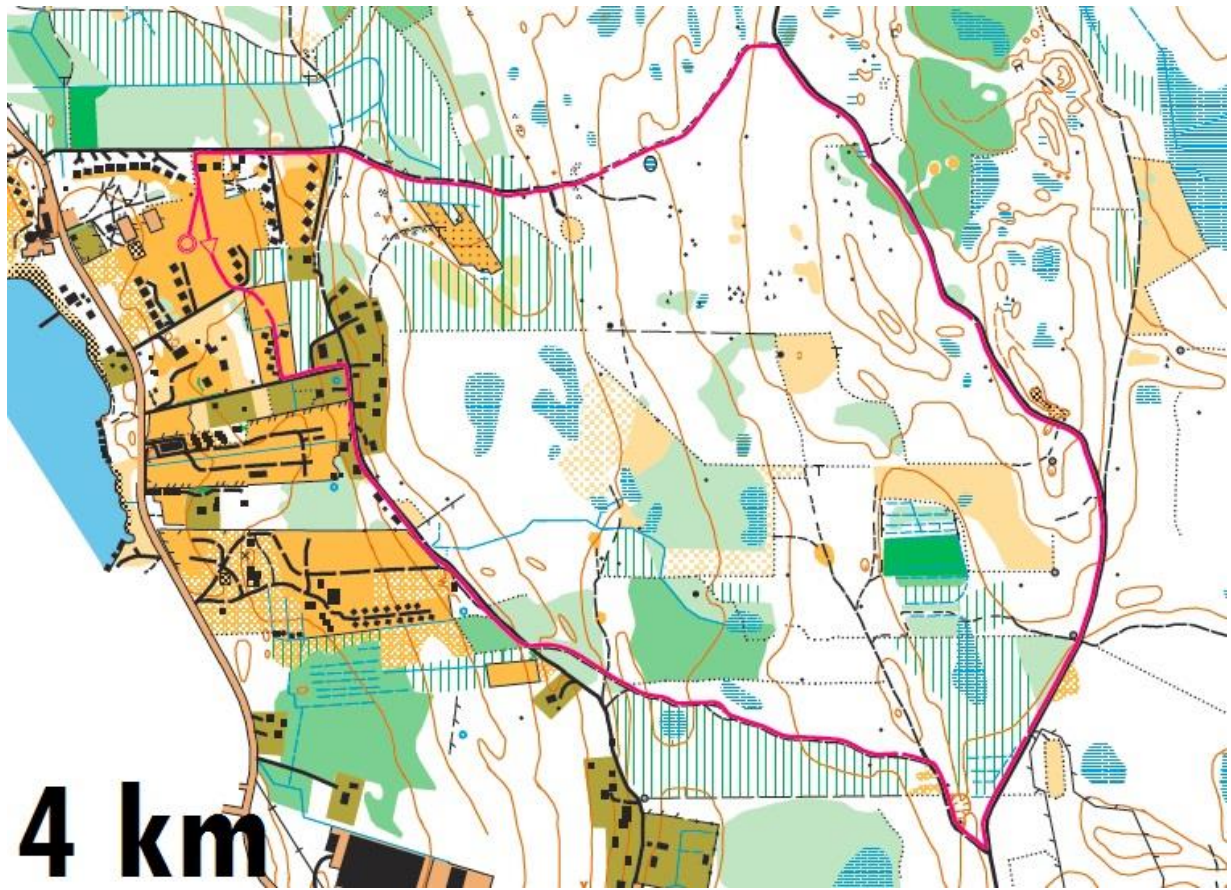
**Alla barn i Lekialoppet samt barnen i klasserna P/12 på 4km får en liten leksak från Lekia**



Vid **prisutdelning** som hålls **ca kl.16.30** på **Käringsund Resort & conferences terrass** delas ut priser till följande:

- ✓ Pris delas ut till **3 snabbaste herrarna och damerna på 12km.**
- ✓ **De 3 snabbaste i pojk- och flickklasserna** på både **8km** (≤ 16år, födda 2003 eller senare) och **4km** (≤ 12år, födda 2007 eller senare) får pris.
- ✓ **Utlottningspriser bland alla som deltagit i Semesterloppet.** Dessa lottas och delas ut på prisutdelningen, vilket innebär att deltagaren behöver vara på plats för att ta emot sitt pris. Om pristagaren inte är på plats lottas priset ut på nytt.





## Första hjälp

Första hjälp-kunnig personal finns på plats under evenemanget. Vid allvarig olycka, kontakta 112!

## Dusch och omklädning

Deltagarna kan efter loppet duscha samt basta i Käringsunds Resort and Conferences strandbastu. Bastun är varm kl. 15.00-17.30

## Klädförvaring

Väskor kan lämnas vid tävlingskansliet under loppet.

## Parkering

Gratis parkeringsplatser finns nära start- och målområde.

## Hittegods

Lämnas till tävlingsarrangörerna, som förvarar dem under pågående säsong (t.o.m. 31.10.2019) om de inte har hämtats under tävlingshelgen.

Efter säsongen inlämnas kvarlämnade saker till välgörenhetsorganisation.

## Avbryta loppet

Om du av någon anledning måste avbryta loppet ska du meddela detta till närmsta funktionär alternativt kontakta arrangören per telefon (+358405223823). Meddela även om du inte kommer att starta.

## Övrigt

Mat och dryck finns att köpa på Käringsund Resort & Conference.

**Kom ihåg – din nummerlapp ger dig 3€ rabatt i café då du handlar för minst 10€.**

På kvällen dukas det upp till **skärgårdsbuffé** och där efter är det **dans till tonerna av Mantix!**

Läs mera om evenemangen och boka din plats till Skärgårdsbuffen direkt via Käringsund Resort & Conference ([www.karingsund.ax](http://www.karingsund.ax))

**KÄRINGSUND**  
RESORT & CONFERENCE





## Regler

Semesterloppet är ett motionslopp och därmed finns inga tävlingsregler utan deltagande sker med sunt bondförnuft.

Semesterloppet är en familjefest där huvudsaken är att vara med och ha roligt! Det finns dock de som gärna springer loppet så fort som möjligt så ge gärna väg åt dem, speciellt vid start kan det vara lite trångt.

# Intresserad av flera lopp?



Bekanta dig med våra övriga lopp på  
[www.alandevent.ax](http://www.alandevent.ax)





tackar sponsorer och samarbetspartners 2019

# KÄRINGSUND

RESORT & CONFERENCE



ECKERÖ  LINJEN

VIKING LINE

**POWERADE®**



**ÅLAND**