



# PM 2020



## Hålltider/ Event Schedule

- 9.7.2020 13.00-18.00** Efteranmälning och utdelning av startkuvert på **LEKIA** i Maxinge  
Late-registration and distribution of registration packets at Lekia in Maxinge
- 10.7.2020 18.00-20.00** Tävlingskansliet öppet (efteranmälning och utdelning av startpaket)  
The competition – office is open (late registration and distribution of registration packets)
- 11.7.2020 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!



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!

## Startpaketet och tidtagning

Startpaketet innehåller **nummerlapp** och **tidtagningschip**. Nummerlappen fästs med säkerhetsnålar (finns med i startpaketet) 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. Resultattiden beräknas från startskottet tills att deltagaren springer över mållinjen.



*Nummerlapp på bröstet/ magen*



*Chip runt ena vristen*

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*

## Tävlings-/ motionsklasser

**12 km** – herr och dam

**8 km** – motion (alla åldrar) samt pojkar/ flickor (≤ 16år)

**4 km** - motion (alla åldrar) samt pojkar/ flickor (≤ 12år)

**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 längre fram 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, Grannas-äppeljuice, 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

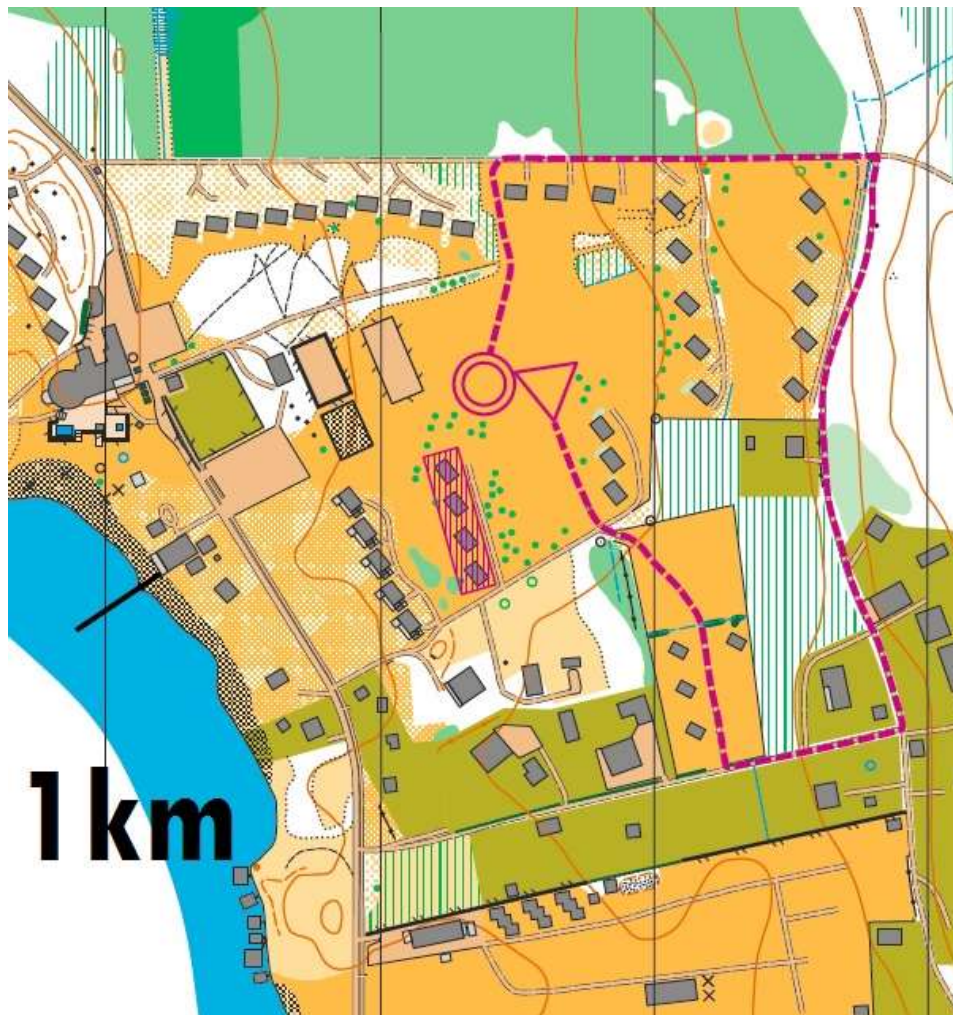
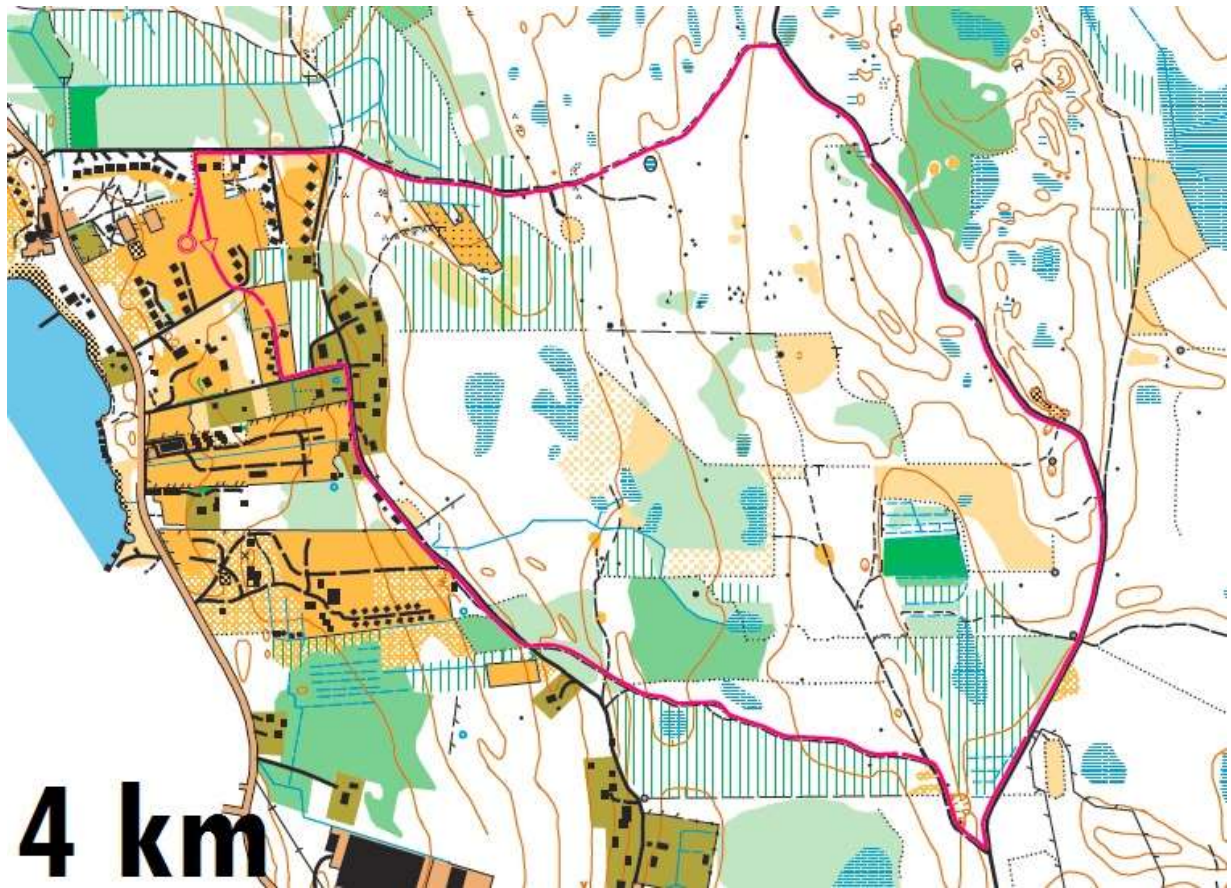
**Alla deltagare får en medalj vid målgång!**

**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 medaljer ut till följande:

- ✓ Medalj till **3 snabbaste herrarna och damerna på 12km.**
- ✓ Medalj till **3 snabbaste i pojk- och flickklasserna** på både **8km** (≤ 16år, födda 2004 eller senare) och **4km** (≤ 12år, födda 2008 eller senare)
- ✓ **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 allvarlig olycka, kontakta 112!

## Dusch och omklädning

Deltagarna kan byta om samt efter loppet duscha i Käringsunds Resort and Conferences strandbastu.

## Klädförvaring

Väskor kan lämnas vid tävlingskansliet under loppet.

## Parkering

Gratis parkeringsplatser finns nära start- och målområde.

## Hittegoods

Lämnas till tävlingsarrangörerna, som förvarar dem under pågående säsong (t.o.m. 31.10.2020) 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 lördag mellan kl.16.00-19.00 serveras **pizzabuffet**, i vilken ingår flera olika pizzor och såser samt sallad och kaffe/te!

Om du inte har förhandsbokat pizzabuffet fungerar även drop-in alldeles utmärkt!

Pris: Vuxna 15€, barn 5-12 år 8,90€ och 0-4 åringar äter gratis!

**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 2020

**KÄRINGSUND**  
RESORT & CONFERENCE



**ECKERÖ** € **LINJEN**

**VIKING LINE**

**POWERADE**®



**ÅLAND**



**Håwe-bil**  
Vänskap som håller

