



# Välkomna till Mighty Marsh Run

## Den 11 Juni 2017 vid High Chaparral

### Traillopp i tuff och obanad terräng

#### Start 12:00 (4 varv)

Klass 1. Kvinnor 10 km.

Klass 2. Herrar 10 km.

#### Start 12:00 (2 varv)

Klass 3. Kvinnor 5 km.

Klass 4. Herrar 5 km.

Klass 5. F15 5 km.

Klass 6. P15 5 km.

#### Start 12:00 (1 varv)

Klass 7 F12 2,5 km.

Klass 8 P12 2,5 km.

#### 3 personer/lag

Alla tävlar individuellt men kan även anmäla sig i ett lag på 10 km.

Springer du någon av tävlingarna så betalar du endast 100 kronor i entré till High Chaparral på lördagen och söndagen. Barn under 1 m går in gratis.

Oavsett om man är med i ett lag eller ej, så anmäler man sig individuellt i en klass också.

**Priser:** Priser utlottas bland samtliga deltagare. Pris också till de tre snabbaste i de åtta klasserna. Även pris till vinnande lag på 10 km.

**Samtliga deltagare som fullföljer utmaningen belönas med en statyett.**

**Anmälan:** Anmälningsavgiften insättes på bankgiro 386-3081(Bredaryds SOK)

Ange namn, klass och klubb som referens på inbetalningen.

Anmälan kan bara göras på hemsida <http://mightymarshrun.bsok.se/> Fyll i anmälningsblanketten. Anmälan gäller först när den är betald.

Ordinarie anmälningsstid fram till måndagen den 5 juni.

**Anmälningsavgift:** Ordinarie pris 200 kr klass 1-4, 100 kr klass 5-8. Efter 5 juni +100 kr i efteranmälningsavgift. Ingen extra avgift för laganmälan.

**Efteranmälan:** Efter måndagen den 5 juni är enbart efteranmälan möjlig på arenan den 11 juni mellan kl 10:00-11:15 mot en extra avgift av 100 kr.

Nummerlappsutdelning öppnar kl 10:00. Öppen till 11:15.

Betalning sker då till swish nr. 123 132 5810 eller kontant.

**Lagtävling:** Gå ihop med vänner, familjen eller arbetskamraterna och bilda ett lag.

Laget består av tre deltagare. Laganmälan kan endast ske på 10 km och det går

alldeles utmärkt att mixa damer och herrar i samma lag. Samtliga deltagare i laget får en individuell tid, men laget får också en sammanlagd tid.

Observera att Ni som deltar i ett lag alltså samtidigt deltar i den individuella klassen och därför också får en placering individuellt.

**Lagresultat:** De tre tiderna inom laget räknas samman, där laget med kortast totaltid hamnar främst i resultatlistan.

**Bansträckning:** En variationsrik trailbana med såväl lättlöpta partier som riktigt tuffa utmaningar. De lätta partierna består av lättlöpt tallskog och stig, medan det bitvis bjuds på blöta och gyttjiga passager. Mestadels ganska platt men en och annan backe erbjuds också. Deltagarna garanteras en löparupplevelse utöver det vanliga!

**Vätska:** Vätskestation finns vid varvningen och vid målgång.

**Start och målgång:** Vid arenan bakom campingplatsen på High Chaparral.

**Tidtagning:** Resultaten publiceras på hemsidan. Både individuella resultat och lagresultat.

**Omklädning:** Vi rekommenderar att deltagarna kommer ombytta till arenan. Efteråt erbjuds varm dusch och omklädning i tält nära mål.

**Start och resultatlista:** Kommer att finnas på vår hemsida

<http://mightymarshrun.bsok.se/>

**Boende:** Hotell, stugor och camping bokas genom High Chaparral

<http://www.highchaparral.se/sv/boende>

Tips: På lördagen arrangeras DM-sprintstafetten med start kl. 14:00 och DM-sprinten med start kl. 19:00 i orientering. På söndagen arrangeras High Chaparral Sprinten med start kl. 10:00 i orientering med samma arena som **Mighty Marsh Run**, vilket gör det möjligt för traillopere att också delta i orienteringstävlingen. Det finns många banor av olika längd och svårighetsgrad att välja mellan - och du kan anmäla dig på plats samma dag.

**Vägvisning:** Från väg 152 Bredaryd – Hillerstorp. Från avfart till arenan 3 km.

**Tävlingsregler:** SV.Friidrottsförbundets gäller. Deltagande sker på egen risk. Upplysningar: Lars-Göran 070-5286503, [mightymarshrun@bsok.se](mailto:mightymarshrun@bsok.se)

## **Bredaryds SOK**

**Välkomna till en löpartävling och en orienteringstävling i hjärtat av Småland  
vid High Chaparral**

**ett av Sveriges största upplevelseanläggningar.**