



## Start PM – Dalsland X-Trail

Vi ser fram emot att välkomna dig till Bengtsfors och Dalsland X-Trail!

Här följer all praktisk information inför loppet.

---

### Starttider

#### **DXT Vandring**

Kl. 09:30

#### **Barnens DXT - Gratis för alla barn mellan 0-12 år**

Kl. 11:00 & 11:10

#### **Långa banan (13 km) och Utmaningen (22 km)**

Kl. 11:30

#### **Korta banan (9 km)**

Kl. 12:00

#### **TÄVLINGSDAG**

Lördag 5:e oktober.

#### **PLATS**

Långevi Idrottsplats i Bengtsfors.

#### **INCHECKNING**

Du hämtar din nummerlapp på Långevi idrottsplats lördag morgon mellan kl. 09-11.

#### **EFTERANMÄLAN**

Det är möjligt att efteranmäla sig på plats via nätet.

# Övrig information

---

## **PARKERING**

Vi rekommenderar att parkera vid Långevi Idrottsplats eller Sågudden i Bengtsfors.

## **TOALETTER OCH OMBYTE**

Det finns toaletter och dusch på Långevi idrottsplats.

## **DEPÅER**

På depåerna finns vatten, energidryck och bananer. Långa och korta banan har en depå var, utmaningen har tre depåer.

## **BANANS MARKERING**

Banan är markerad med gula pilar på svart botten.

## **BANANS STRÄCKNING**

Både långa och korta banan startar och slutar på Långevi, men delar på sig ca 500 m efter start. För dem som springer Utmaningen är det först ett varv på långa banan och därefter ett varv på korta banan.

## **NEDSKRÄPNING I NATUREN**

Allt som du tar med ut på banan tar du med dig tillbaka! Pappersomslag, förpackningar till gel/energibars osv. Vi värnar om naturen och allemansrätten och önskar därmed att du som deltagare också gör det. Vid depåerna är det möjligt att slänga sitt medhavda skräp.

## **FUNKTIONÄRERNAS TECKEN SKA FÖLJAS**

Du som deltagare är skyldig att följa funktionärens tecken. Om de håller upp en röd flagga för att stoppa dig är du skyldig att göra det.

## **TIDTAGNING**

Det är masstart och tiden startar kl. 11.30 för alla som springer långa banan, kl. 12.00 för alla som springer korta banan. Individuell tid i mål via chip på nummerlapp.

## **BRYTA LOPPET**

Behöver du bryta loppet görs detta lämpligast vid en av våra depåer, alternativt invänta följecyklisten. Det finns även telefonnummer till tävlingsledningen på nummerlappen som du kan ringa.

## **PRISUTDELNING**

Prisutdelning sker vid målområdet till 1:a, 2:a, 3:e pristagare i varje klass.

## **MINI-DXT**

Alla barn är välkomna och tillsammans med Bengtsfors Gymnastikklubb hoppas vi att ni är många som kommer.

Vi har ingen startavgift och inte heller någon tidtagning på Mini-DXT.

Precis som för de vuxna så är det start och mål på Långevi idrottsplats i Bengtsfors och barnen startar cirka klockan 11:00.

Barnen kan välja mellan att springa 500 m och 1 km.

Anmäl görs hos Bengtsfors Gymnastikklubb klockan 10:30 på Långevi idrottsplats.

