



Start PM – Dalsland X-Trail 3 oktober

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 och 11:30

Långa banan (13 km) och Utmaningen (22 km)
Kl. 11:30

Korta banan (9 km)
Kl. 12:00

TÄVLINGS DAG

Lördag 3:e oktober.

PLATS

Långevi Idrottsplats i Bengtsfors.

INCHECKNING

Du hämtar din nummerlapp på
Långevis 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.

BARNENS 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 Barnens DXT.

Precis som för de vuxna så är det start och mål på Långevi idrottsplats i Bengtsfors och barnen som springer 0,5 och 1 km startar cirka klockan 11:00. De som springer 1,5 km startar 11:30.

Barnen kan välja mellan att springa 500 m, 1 km och 1,5 km.

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

