

# Tävlingsinformation Tavelsjörännet

**Välkommen till Tavelsjörännet!**  
**Se till att vara i god tid så att ni hittar en parkering ifall det är fullt vid starten.**  
**Anmälan görs på [tavelsjoisbana.se](http://tavelsjoisbana.se) senast 08.00 den 15:e feb**

## Hålltider:

08.30-09.00 nummerlappsutdelning vid start för 104 km

09.00 start 104 km

10-11.00 nummerlappsutdelning vid start

11.00 start marathon SM

11.05 start 52 km

11.10 start 26 km

11.15 start 13 km med stavar

12 - 14 målgång

ca 13.40 prisutdelning

## Viktig info:

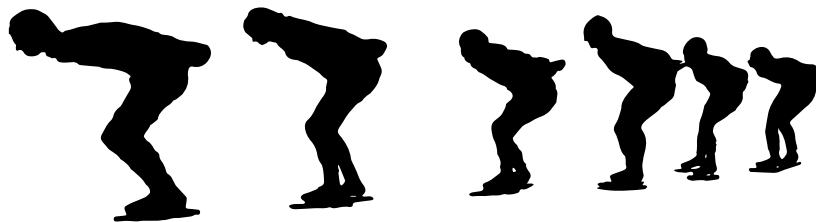
- Start och mål är vid Sundlingska
- Parkering finns vid Sundlingska, Kyrkan och nere vid ICA
- Nummerlappsutdelningen sker nere vid starten på isen
- Väskinlämning och ombyte kan göras i kuren vid Sundlingska.s
- Toalett finns vid Sundlingska
- Vätskekontroll finns vid start och målgång, där serveras varm sportdryck av märket Vitargo samt vatten
- Håll till höger på banan och åk om till vänster, ropa till om någon ligger fel
- Se till att hålla stavarna lågt och det är förbjudet att staka i tät klunga
- Se upp för eventuella sprickor i isen
- Mat finns på Sundlingska och Prästgården
- Ett varv på banan är 13 km
- Det finns ej tillgång till dusch eller bastu
- Alla skridskor och stavar/pikar är tillåtna
- Läkare finns på plats och 4 hjulingar hämtar upp de som ej kan ta sig tillbaka
- Ser ni någon som gjort sig illa så ta kontakt med funktionärer som ser till att personen hämtas



## Frågor?

Mail: [tavling@tavelsjoisbana.se](mailto:tavling@tavelsjoisbana.se)

Tfn: 070-323 64 15



**Läs mer om isbanan och tavelsjörännet  
på vår hemsida:**

**[www.tavelsjoisbana.se](http://www.tavelsjoisbana.se)**



**ETT STORT TACK TILL ALLA  
VÅRA SPONSORER SOM  
GJORT ISBANAN MÖJLIG!**