



Foto: Johanna Granström Sundgren

VUOLLERIM EXTREME

16 JUNI 2018

Kl 14.00 går starten för en 7 km hinderbanetävling i samhället och skogarna i och runt Vuollerim. Ett motionslopp för dig som vill ha extra utmaning på din träningsgrunda. Du får klättra, kräla, åla och använda alla dina muskler. Vad sägs om hinder som *spindelnätet*, *fångstgropen*, *hotelltaket*, *trådrullen*, *åkern*, *vägtrumman* och *containern*. Totalt 27 hinder. Start och målgång på Bjärkaudden, mitt i byn.

Anmälan görs till **deltaga.nu**

För ytterligare information läs "Detaljerad information" på nästa sida eller maila extreme@vuollerim.se om du inte fick svar på dina frågor. Du hittar oss på facebook.

Ett samarrangemang av flera föreningar och företag i Vuollerimbygden.

VARMT VÄLKOMNA

DETALJERAD INFORMATION

Anmälan: Deltaga.nu Senast 1 juni 2018

Banbeskrivning: Banan börjar och slutar mitt i Vuollerim på gräsbeklädda Bjärkaudden. Under de ca 7 kilometerna kommer du att springa både på asfalt (gator) över gräsbevuxna områden och på stigar i terräng. Totalt är banan ganska flack förutom där vi nyttjar terrängen till utmanande hinder.

Deltagarvillkor: Allt deltagande sker på egen risk. Du skall vara fyllda 18 år eller ha målsmans tillstånd för att delta. Under tävlingens gång förväntas de deltagande att hjälpa varandra vid behov. De tävlande skall också följa gällande trafikregler i den mån banan följer gator. Det är inte tillåtet att använda spik/dubbskor. Handskar rekommenderas.

Hinderbeskrivning: Totalt 27 hinder. Pyramiden, klätterväggar, spindelnätet, vägtrummor, dipsgång, armgång, hotelltaket, trådrullen, hoppa över-krypa under, åkern, containern, bildäcken, traktordäcken, dunkarna, balansgång, slackline, fångstgropen, nipan, vippbräda, timmerhögen och ytterligare några hinder finns efter banan. Vissa hindertyper återkommer efter banan i olika svårighetsgrad. Vid vissa hinder kommer troligen en del av deltagarna att vara i behov av hjälp av sina medtävlande för att klara av dessa. Funktionärer kommer att finnas vid de flesta hinder.

Klasser: Öppen motionsklass. Då detta är första året vi genomför denna tävling börjar vi med att se vilket intresse det finns för tävlingen. Verkar de deltagande nöjda och vi har anledning att tro att vi kan genomföra tävlingen fler år finns planer på indelning i klasser och möjlighet till lagtävlingar.

Logi: Hotell Vuollerim – Gästgiveriet. <http://www.gastgiveriet.se/>
<https://www.facebook.com/Gastgiveriet/>

Mat: Enklare fikaförsäljning på Bjärkaudden i samband med tävlingen. För mat hänvisar vi till ortens matserveringar. Hotell Vuollerim – Gästgiveriet <http://www.gastgiveriet.se/>
<https://www.facebook.com/Gastgiveriet/>

samt Nicklas Pizzeria <https://www.facebook.com/NicklasPizzeria/>

Minnesgåva: En minnesgåva till alla som kommer i mål som delas ut av Lars-Göran "Virvelvinden" Nilsson vid målgång.

Omklädningsrum: Omklädningsrum med möjlighet till dusch finns i närheten av start/målområdet. Eventuellt kan en mindre extra kostnad tillkomma för detta.

Parkering: Tävlande hänvisas i första hand till parkeringsplatsen i anslutning till Folkets Hus.

Start: Första start kl 14.00. Beroende på antal tävlande räknar vi med startgrupper på 10-12 personer med 3-5 minuters mellanrum.

Startavgift: 300 kr per person.

Sjukvårdare: Utbildad sjukvårdspersonal kommer att finnas till hands för att hjälpa till om outhälsan skulle vara framme.