

# Hej

## Checklista för deltagare inför Ångaloppet Familj 2018

Vi tycker att det är jättekul att du ska genomföra Ångaloppet Familj och hoppas att du känner likadant. Med denna lista kan du redan nu börjar planera din tävlingsdag.

Har du frågor som rör tävlingen är du välkommen att kontakta oss på [info@angaloppet.se](mailto:info@angaloppet.se).



### Startkuvert

Du kan hämta ut ditt lags startkuvert från klockan 08:30 på förmiddagen innan start. Försök att vara i god tid så att ni har gott om tid att ladda inför loppet.

### Många startande lag – Starttider

Starten för 1,5km är kl 10:00 och 3,3km kl 10:30. Med många startande lag kommer vi ha två startande klasser för respektive bana. De äldre barnen i klassen startar vid den tidiga starten och de yngre i den senare.

1,5km: 10:00 + 10:05

3,3km: 10:30 + 10:35

Startar vi tidigt eller sent? I startkuvertet ni hämtar upp står det om ert lag startar i den tidiga eller sena starten.

### Ha kul

Ångaloppet Familj är inte en tävling, vi kommer inte att ha resultatlistor eller tidtagning. Syftet är att ni ska ha roligt som lag och tillsammans med de andra som deltar. Behandla de andra deltagarna på bästa sätt.

### Obligatorisk utrustning (gäller enbart 3,3km sträckan)

Glöm inte att du måste ha ett flytobjekt på max 30cm\*50cm (ex. dolme) och/eller neoprenplagg på dig när du tävlar och/eller calf guards med flytkraft.

### Le mot kameran

Ångaloppet Familj kommer att ha en fotograf på plats. Vi kommer att lägga ut alla bilder på vårt flickr-konto där ni kan gå in och titta på dom.

### Njut av något gott

Efter loppet så får ni deltagare dryck och enklare energi. Vill du unna dig något utöver detta så finns det extra försäljning i Ångaloppets kafé. Vi har ingen uttagsautomat på området men kaféet tar kort och Swish.

### Följ Ångaloppet på Facebook, Instagram

Om du vill hålla dig uppdaterad med information samt annat kring Ångaloppet så vänligen följ oss på diverse sociala medier. Använd gärna årets hashtag #ål17 när du postar något rörande loppet.

## **Bryta loppet**

Om du eller din lagkamrat måste avbryta loppet så måste ni meddela det till närmsta funktionär så fort som möjligt. Av säkerhetsskäl måste vi ha koll på att alla deltagare mår bra, och om någon avbryter. Ni kommer sedan att få hjälp med att ta er tillbaka till Ångaloppsområdet.

## **Ytterligare information**

Observera att detta endast är en kortfattad checklista. Ytterligare information finns i det PM som skickades ut tidigare, vill du läsa det [klicka här](#).

# Välkomna till Ånga på lördag!