

Årets höjdpunkt för långlöpare

## XXXI:a UMEMARAN



**Lördagen 11 oktober 2003**

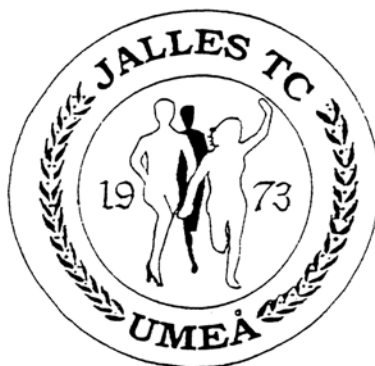
**JALLES TC UMEÅ** inbjuder till **31:a UMEMARAN** - tävlings- och motionsloppet för män och kvinnor. Marathondistansen (42 195 m) i Umemaran, DM för Västerbotten & veteran-DM individuellt och 3-mannalag, Grand Prix 17, ingår även tillsammans med Vaasa Marathon i **Kvarken Marathon Cup - 84 km**. Dessutom snabb ¼ marathon.

**Start & Mål:**

Vid Tegs Centralskola, Umeå (södra infarten till Umeå)  
Kvartsmarathon - start i Stöcksjö (busstransport)

- Starttider:** Lördagen 11 oktober starttid Marathon kl.13.30 (**OBS** tiden)  
För finska löpare ansluter buss i Holmsund kl. 12.00  
Kvartsmarathon (10 550 m) kl 14.30 Buss  
till starten utgår från Tegs Centralskola ca 45 minuter före start
- Banan:** Asfalt. Marathon, bana med vändpunkt.  
Kvartsmarathon, rakbana från Stöcksjö.  
Kontrollmätt av Östen Mukkavaara, SFIF  
legitimerad banmätare.
- Bansträckning:** **Marathon:** Tegs Centralskola – Volvo Umeverken -  
Umåkers travbana - Röbbäck - Stöcksjö - Stöcke  
- Strömbäck och tillbaka. Varje kilometer är  
märkt med gula skyltar!
- Kvartsmarathon:** Stöcksjö - Röbbäck -  
Umåkers travbana - Tegs Centralskola. Varje kilometer är märkt  
med vita skyltar
- Vätska:** Var 5:e km. Vid kontrollerna finns vatten och Sport Active  
sportdryck.  
Egen dryck i uppmärkta flaskor inlämnas senast en timme före  
start till sekretariatet
- Omklädnad:** I Tegs Centralskola, gymnastikhallen (målområdet), en  
trappa ned. Män till vänster, kvinnor till höger
- Klassindelning:** Samma klassindelning för marathon och kvartsmarathon  
Motionsklasser: Män och kvinnor.  
Tävlingsklasser män: M23, M35, M40, M45,  
M50, M55, M60, M65, M70, M75+  
Tävlingsklasser för kvinnor: K23, K35, K40  
K45, K50, K55, K60, K65, K70, K75+
- Anmälan:** Skriftlig anmälan till:  
Jalles TC, Allmogevägen 8, 905 96 UMEÅ  
Anmälan ska vara insänt senast måndag 6  
oktober. I anmälan anges namn, distans, tävlingsklass,  
förening, födelseår och ev. personbästa på aktuell distans.  
För finska löpare anmälan även till Sven Norrgård, Vasa  
06 - 315 5755
- Anmälningsavgift:** 100:- för kvartsmarathon (efteranmälningsavgift tillkommer)  
200:- för marathon (efteranmälningsavgift tillkommer)  
Inbetalas samtidigt med anmälan till postgiro **53 22 59 - 9**, Jalles  
TC Umeå.
- Nummerlappar:** Hämtas vid tävlingssekretariatet Tegs Centralskola senast 45  
minuter före start
- Värdeinlämning:** Vid Jalles Café, på målområdet

- Prisutdelning:** Kvartsmarathon – direkt vid målgången  
Marathon – ca kl. 19.15 i Tegs Centralskolas aula. DM, VDM, Kvarken Marathon cup, spurtpriser samt ett stort antal hederspriser.
- Umemarans medalj:** Umemarans silverplakett som utdelas till alla fullföljande direkt efter målgången
- Kvarkenmedaljen:** Utdelas vid prisutdelningen för alla som fullföljt Umemaran och Vasa Marathon under 2003. Busstransport från Finlandsfärjan före tävlingen.
- Enkel masslogi:** Ordnas av arrangören i skolsal på tävlingsområdet. 50:-/natt.(medtag sovsäck o liggunderlag) Bokning och upplysning via Leif Stening 090-13 64 97. Alternativt boende inom gångavstånd STF Vandrarhem 090-77 16 50.
- Banrekord:** Marathon – Esko Lilleberg, Haparanda FI 2.28.42  
Minna Pihala, Finland 2.53.19
- För mera information:** Se Jalles TC´s hemsida [www.jarlkollberg.com](http://www.jarlkollberg.com) eller 090-13 64 97 (Leif), kvällstid



Välkomna till ett lopp  
med anor!