

## Race-PM – Information om Hagaforsloppet 2024

**Datum:** Loppet genomförs lördag 2024-09-14. Distanser: 5 km och 1 km.

**Femkilometersloppet** startar i centrum av Hagafors och inleds med en härligt svepande utförlöpa på asfalt där du bland annat passerar Hagafors egen version av Bullerbyn. Snart nog lämnar du asfalten och springer över en vacker äng, passerar en liten bro innan du svänger höger mot Ådala. Kanske gnäggas en häst dig till mötes när du sveper förbi alla vackra hästhagar innan du fortsätter in i skogen. Till vänster om dig ligger Bosarydssjön, men du kan ännu inte se det vackra badparadiset. Nu kämpar du på mot vätskekontrollen vid 2,5 kilometer, ska bli gott att få något som ger ny energi för att ta sig an andra halvan av loppet. Efter välförtjänt dryck får du så syn på vattenspegeln, och med en vacker gård på höger hand rundar du den bortre änden av sjön och nu är du på väg hem. Nu gäller det att hänga i. Vägen är rak och böljar bara lätt upp och ner. Det dröjer inte länge innan dina fötter dunkar mot asfalt igen när du springer in på Harkerydsvägen. Kanske kommer gatans invånare ut för att heja fram dig, kanske är de själva med och springer – vem vet. När du når fram till huvudvägen igen svänger du vänster för att sedan omedelbart gena höger, den kortaste vägen mot målet vid Kvarnen. Du spurtar såklart, vem skulle kunna stoppa dig och varför. Målet är i sikte. Du har gjort det. Du har genomfört Hagaforsloppet. Grattis!

Femkilometersloppet kan **springas** eller **promeneras**. Maximal tid för genomförande är **1 timme och 15 minuter**. Start **kl 11.45**. Banan är skyltad/snitslad/bemannad där så behövs. Vätskekontroll med vatten, saft/sockerfritt alternativ efter ca 2,5 kilometer. **Elegant** medalj till alla som fullföljer.

**Enkilometersloppet** startar i centrum av Hagafors och bjuder på många vackra vyer från Hagafors samhälle innan målgång sker vid Kvarnen. Loppet vänder sig till juniorer och alla andra som vill ha en lite enklare utmaning. Loppet genomförs huvudsakligen på lokalgator med ytterst begränsad trafik.

Enkilometersloppet kan **springas** eller **promeneras**. Maximal tid för genomförande är **30 minuter**. Start **kl 11**. Banan är skyltad/snitslad/bemannad där så behövs. **Elegant** medalj till alla som fullföljer.

***Detta låter ju komplett ofarligt, men om du ändå skulle råka skada dig, så är det ditt eget fel och arrangören av loppet kan inte hållas ansvarig.***

**Startavgift:** 5 kilometer: **130 kronor**, 1 kilometer **50 kronor**. Ingen återbetalning, förutom om loppet blir inställt. Alla intäkter från loppet går till välgörande ändamål. Vinnaren i dam- respektive herrklassen i 5-kilometersloppet väljer vad pengarna ska gå till. Dock måste det vara ett så kallat **90-konto** för att vara ok.

**Goodie-bag** till alla som går i mål, oavsett klass!

**Utdelning av nummerlappar** sker från **kl 9.30** på tävlingsdagen.

**Start** av 1 -kilometersloppet är **kl 11.00**. **Start** av 5-kilometersloppet är **kl 11.45**.

**Anmälan: Swisha** anmälningsavgiften till **0722-47 14 49** (Mattias Brandt), ange namn, distans och – om så är aktuellt – vilken klubb du tävlar för. Om du inte har en klubb- **hitta på en!**

**Deltagarlista** finns på hemsidan (<http://hagafors-svenarum.se/>) och uppdateras regelbundet. Där vill du väl ändå finnas!

**Kvarnen i Hagafors** är i samhällets absoluta och kulturella centrum, adressen (för den google maps-intresserade) är Hagafors, Kvarnen 1, Hok. För den mindre digitala så är det också skyltat från rv 30 och huvudgatan.

Vid start/mål finns möjlighet att köpa **fika/korv** etc. Betalning med Swish eller kontant.

**Parkering** på markerade platser utanför den gamla byggvaruaffären, se skyltar på plats.

Om någonting fortfarande är oklart, vänligen kontakta tävlingsledare Mattias Brandt på 0722-47 14 49 eller [hagafors1955@gmail.com](mailto:hagafors1955@gmail.com), så reder han ut alla detaljer för dig.

**VÄLKOMMEN MED DIN ANMÄLAN!**