



Inbjudan STR Challenge 2013

Två av oss på redaktionen, Per och Martin, genomförde i juli 2012 Hornindal Rundt för första gången som ett led i våra förberedelser inför UTMB 2013. På väg till, under och efter Hornindal blev vi så inspirerade av allt vi upplevde så vi började tala om att ordna en gemensam resa till Hornindal nästa år, för att flera löpare skulle få ta del av detta. Tankar blev beslut och nu går startskottet för **STR Challenge 2013**.

Tanken är att vi startar det hela med en tidig anmälan till en träningsgrupp där möjligheten finns att träffas en gång i månaden för gemensam träning och kontakt via vår Facebookgrupp. Detta gör vi för att alla ska kunna komma till Norge positiva och väl förberedda med målet att alla skall klara utmaningen att ta sig de 75 eller 38 kilometerna i skogs- och fjällterräng med en sammanlagd stigning av ca 5600m(och lika mycket nedför)för långa banan. När du funderat på detta en stund och bestämt att det kan vara något för dig så är du mer än välkommen att läsa vidare i inbjudan.

Loppet

Hornindal Rundt utger sig för att vara Norges tuffaste fjällopp. Det passar dock både motionärer som söker en dags tuff fjällvandring eller de mer tävlingsinriktade som försöker ta sig den 38 eller 75km långa banan så fort som möjligt. Banan går i natur som är obeskrivligt vacker(vid fint väder). Längs banan kommer du att få uppleva både skog, mossar, fjäll och i viss mån glaciärer. Arrangemanget var mycket välordnat och med ett högt säkerhetstänk vad gäller kartor, kommunikation och bemannade poster längs banan.

Mer information om loppet hittar du på www.hornindalrundt.no

Är du...

- ...någon som vill uppleva något utöver det vanliga?
- ...någon som vill ha ett långsiktigt träningsmål?
- ...någon som vill ha ett färdigt upplägg?
- ...någon som trivs i en grupp med likasinnade?

Vårt mål

- Samla 22 deltagare i en inspirerande träningsgrupp med ett gemensamt träningsmål
- Samtliga ska fullfölja och få ett minne för livet
- Vara ett konkurrenskraftigt ekonomiskt alternativ, det ska inte gå att göra det billigare på egen hand
- Bästa möjliga service före, under och efter loppet



I deltagandet ingår:

- Resa tur och retur Hornindal från Göteborg med möjlighet att ansluta längs vägen
- Boende 3 nätter i stugor eller rum med tillgång till WC, dusch, kök och TV.
- Lättare middag under resan upp på torsdagen
- Frukost fredag
- Lunch fredag
- Middag fredag
- Kvällsfika fredag
- Frukost lördag
- Enklare måltid vid målgång
- Frukost söndag
- Anmälningsavgift till tävlingen, anmälan sköts via oss på redaktionen
- En STR träningsströja av hög kvalitet, värde ca 500 kr, beställs efter anmälan, kan ta upp till 4 veckor
- Ett par kvalitetssockor från Drymax
- Inbjudan till träningsträff en gång i månaden via vår Facebookgrupp
- Information om loppet samt tränings- och utrustningstips

Anmälan:

- Anmälan görs via anmälningsblanketten som du får genom att skicka ett mail till martin@trailrunner.se
- Fullt deltagande kostar 3900 kr varav 1000 kr betalas vid anmälan. Anmälan görs senast 1 januari 2013, därefter i mån av plats.
- Efter genomförd betalning av anmälningsavgiften på 1000 kr får du tillgång till Facebookgruppen och därmed inbjudningar till gemensamma träningar, övrig information samt din träningsströja och dina Dymaxsockor.
- Anmälningsavgiften på 1000 kr återbetalas inte om du senare vill hoppa av, du behåller givetvis tröja och sockor.
- Slutlig betalning av resterande 2900 kr görs senast 1 april 2013.
- Återbetalning av den slutliga avgiften 2900 kr kan göras vid sjukdom mot uppvisande av läkarintyg.
- Vid inställd tävling eller annat vi ej kan styra över återbetalas den slutliga betalningen 2900 kr minus anmälningsavgiften till tävlingen (ca 500 kr).
- När max antal deltagare är uppnått finns det möjlighet att ställa sig på en väntelista, intresse mailas till martin@trailrunner.se



Preliminära tider:

- Torsdag 4 juli
 - o Avresa från Göteborg ca 12.00
 - o Ankomst Grodås ca 23.00
 - o Inkvartering och kvällsfika

- Fredag 5 juli
 - o Förmiddagen - möjlighet till guidad tur till utvalda platser längs banan så att du känner igen dig under loppet när tröttheten kommer smygande...
 - o Eftermiddagen - egen tid till förberedelser
 - o Kväll - informationsmöte från arrangören för tävlingen

- Lördag 6 juli
 - o Start - 09.00
 - o Målgångar - från lördag kväll till söndag morgon
 - o Transport till boendet efter målgång ordnas av oss

- Söndag 7 juli
 - o Ev prisutdelningar(brukar vara runt lunch)
 - o Hemresa, eventuellt i två omgångar beroende på deltagarnas önskemål

Krav på deltagarna:

- Deltagande sker på egen risk
- Användande av din finfina STR-tröja under tävlingen om vädret tillåter
- Du springer för STR som "klubb"
- Tillredning av tilldelad färdiglagad mat och frukost sköts av varje stuga/rum
- Boendet städas och ev. disk diskas innan hemfärd.
- Deltagande sker enligt Hornindal Rundts regler som du finner på www.hornindalrundt.no
- OBS: Anmälan sköts av oss på Trailrunner.se

Ingår inte:

- Återbetalning om tävlingen ställs in när vi redan är på plats, då gör vi det till ett träningsläger
- Mat på hemresan
- Det som ska ätas och drickas under tävlingen
- Garanti om vackert väder

Kontakt:

- martin@trailrunner.se



Hjärtligt Välkomna

Önskar



Bild tagen från en av passagera tidigt i loppet.