

DM 10 KM Landevej

24. april 2021

Arrangør: Sparta Atletik & Løb / Dansk Atletik

Kære klubber

Hermed invitation til DM 10 km Landevej og sidste runde af Vinterturneringen.

Denne information er sendt direkte til jer foreninger, da det skal undgås, at der sker større forsamlinger til dette mesterskab. Der må nemlig kun være de tilmeldte løbere til stede til mesterskabet, se nedenfor.

Vi beder jer videreformidle informationen til den eller de, der står for tilmeldingen til danske mesterskaber i jeres forening. Vi beder desuden om, at informationen kun bliver delt med løbere og trænere. De ansvarlige bedes kontakte de interesserede løbere i jeres forening, og så tilmelde disse senest den 21. april kl. 22.00 via linket nedenfor i denne skrivelse.

Følgende gælder:

- Løbere der har tilmeldt sig hele Vinterturnering 2020-2021 vil modtage en mail med en kode, som de kan taste ind før tilmelding.
- Ungdommer der ønsker at stille op til DM 10 km (Ungdom + Senior) tilmelder sig her og tæller ikke i Vinterturneringen som ungdom.
- Ungdommer der stiller op i sidste runde af Vinterturneringen og løber 5 km landevej tilmelder sig også her, medmindre de har tilmeldt sig hele turneringen samlet.

Fredag vil der blive sendt en fuld detaljeret plan ud til alle tilmeldte, efter at løberne er blevet seedet og vi har et fuldt overblik over antal løbere og heats.

PRAKTISK

Dato: 24. april

Tid: første start kl. 12.00

Lokation: Flyvestation Værløse, Sjælland

TIDSPLAN

Foreløbig plan, bemærk denne kan ændres alt efter antallet af tilmeldte:

12.00 - 12.30 Junior løb på 5 km sidste afdeling af Vinterturnering (ikke DM).

12.50 - 13.30 Senior Mænd + Mænd Ungdom og Mænd Masters op til 50 år.

13.30 - 14.00 Senior Kvinder + Kvinder Ungdom og Kvinder Masters op til 50 år.

14.10 - 14.30 Master Mænd og Kvinder - seedet efter tid.

Løbet er åbent for medlemmer af klubber, der er medlem af Dansk Atletik.

TILMELDING FOREGÅR SOM NORMALT

Første prioritet: Man bliver seedet efter sin 10 km tid løbet i perioden 2019-2021.

Anden prioritet: Hvis man kun har en 5 km tid, så skriv den, og så bliver det 5 km tid x 2 + 70 sekunder.

** Vi accepterer kun tider fra officielle løb og Statletik. Send ikke Strava- / Garmin-screenshots fra træninger eller mails omkring, hvad man regner med at løbe. Disse mails vil ikke blive besvaret.*

Der er et maksimum antal deltagere på 450, som man må være ved et event, så hvis vi får flere tilmeldinger end det, vil der ske en udvælgelsesproces baseret på tider / senest løbet konkurrencer (Vinterturnering inkluderet).

SELVE LØBET

Følgende er meget vigtigt, og bedes respekteret, da "vi" (alle der møder op denne dag) er repræsentanter for sport i Danmark, og det kan have en betydning for, hvordan der bliver afholdt arrangementer i denne tid.

Vi kan desværre ikke have tilskuere, trænere, løbere (som ikke skal igang med at løbe) stående i start- og målområdet. Så derfor beder vi om, at informationen kun bliver delt med løbere og trænere. Så undgå venligst at poste detaljer om lokation / starttider på jeres hjemmesider / Facebook / Instagram og andre sociale medier.

Løbet foregår på Flyvestation Værløse, og start og mål vil være det, man kalder "en zone" - her er der kun tilladt at være dem, der er klar til start + det mest nødvendige personel (tidtager, førstehjælp, starter og en person i målområdet). Så derfor beder vi jer blive væk fra denne zone. Det har fungeret fint ved de fire runder af Vinterturneringen som vi har afholdt, så det kan også lade sig gøre her.

PARKERING OG OPVARMNING

Parkering og opvarmning foregår uden for Flyvestationen - husk at her gælder forsamlingsforbudet på 10 mennesker stadig.

NUMMERAFFHENTNING

Detaljer omkring nummerafhentning vil blive sendt ud til løberne / holdlederne efter tilmeldingerne er kommet ind. Der vil blive udleveret numre til 1 repræsentant for klubben.

LØBSPROCEDURE

Bemærk denne kan ændre sig, og en sidste opdatering vil blive sendt ud fredag den 23. april. Opvarmning foregår som skrevet uden for området.

Heats: Løberne bliver inddelt i heats af 20-30 løbere - vi vil seede efter, hvor det giver mening, så hvis der er et naturligt "spring" i seedingstiderne, så er det der, at heatet bliver opdelt.

START

Fem minutter før start kan man komme ind i startzonen, hvor man har 2-3 minutter til de sidste par stigningsløb.

Ruten vil være DAF-opmålt, og der vil være et fåtal af vejvisere på ruten (restriktioner). Kort vil blive sendt ud fredag sammen med de sidste informationer.

MÅLGANG

Efter endt løb, skal løberne fortsætte ud af målzonen og videre ud af området, således at vi overholder alle restriktioner.

Det betyder:

- Man står ikke og venter på at holdkammerater kommer i mål.
- Man kan desværre ikke smide sig ned på jorden og blive liggende, medmindre vi skal ringe efter en ambulance.
- Der skal selvfølgelig jubles, når man kommer over stregen - men husk der kommer løbere i mål efterfølgende, og vi skal have "tømt" målområdet løbende, så vi må bede jer om at fortsætte videre.
- Tænk også på at holde afstand, når der bliver taget holdbilleder efter løbet - vi står som repræsentanter for, at der kan afvikles sport i Danmark.
- Husk at som løber forlader du nu "zonen" og forsamlingsforbuddet på 10 træder i kraft igen.
- Det er vigtigt for os, at I forlader "zonen" og det nærliggende område, når I har løbet.

MEDALJER

Der ville desværre ikke være nogen medaljeoverrækkelse, hvis det kan lade sig gøre, vil vi gøre det ved en senere lejlighed og ellers, vil de blive sendt så hurtigt som muligt til klubberne.

TILMELDINGSFRIST OG LINK

Tilmelding foregår her: <https://secure.onreg.com/onreg2/front/step1.php?id=5278>

Tilmelding lukker onsdag den 21. april kl. 22.00



15. april 2021 / Brøndby

KONTAKT

Spørgsmål rettes til:

Sparta Kundeservice
Gunnar Nu Hansens Plads 11
2100 København Ø
+45 35 26 69 00

<http://sparta.dk>
sparta@sparta.dk