

# RUNNING LIGHTS

## Välkommen till Running Lights

Alingsås Idrottsförening Friidrott hälsar välkommen till Running Lights. Ett lopp där du springer genom vår vackert upplysta stad i samband med Lights in Alingsås.

### Lördagen den 9 Oktober 2021

Tävlingen ingår i Furhoffs Långlopps cup

Banlängd	Lopp / Klasser / Prisutdelningar	Tider	Anm.avgift
300 m	Maxi-Knatteloppet (c:a 2-6 år)	kl 16.15	Gratis
600 m	Energiloppet (c:a 6-10 år)	kl 16.30	Gratis
1660 m	Ungdomsloppet (c:a 10-16 år)	kl 16.45	60 kr
5000 m	Stafett (3 pers/lag)	kl 17.05	600 kr
5000 m	Löppet 5 km, K/M Motion, F/P15, F/P17, F/P19 K/M65, K/M70, K/M75, K/M80, K/M85	kl 18.00	200 kr
10000 m	Löppet 10 km, K/M Motion, KS, MS, K/M35, K/M40, K/M45, K/M50, K/M55, K/M60	kl 19.00	250 kr

Prisutdelning Sker strax efter målgång och hålls på Stora Torget.  
Efter målgång ber vi dig vara i närheten av målgången  
för att vara nära till prisutdelningen.

**Plats:** Start och Mål vid Stora Torget i Alingsås.

**Anmälan/betalning:** Anmälan görs via [Runninglights.se](http://Runninglights.se). Sista anmälningsdag till ordinarie pris är söndagen den **26 September**. Vill du anmäla ett helt lag eller en större grupp? Kontakta oss på [runninglights.aling@gmail.com](mailto:runninglights.aling@gmail.com) så hjälper vi dig vidare.

**Startkuvert:** Startkuvert hämtar du ut på ett av två följande sätt & ta med ditt startbevis / mejlbekräftelse och/eller startnummer:  
1. Fredagen den 8 Oktober (prel. mellan kl. 16.00 – 19.00) på Mjörnvallen, Lövekullevägen 22, Alingsås.  
2. Tävlingsdagen den 9 Oktober från kl. 13.00 i vårt nummerlappstält vid Stora Torget. Startkuvertet hämtas ut på plats senast 1 timme innan din egen start.

**Efteranmälan:** Efteranmälan kan göras via hemsidan till och med söndagen den 3 Oktober. Du kan också efteranmäla dig på plats (Stora Torget) på tävlingsdagen lördagen den 9 oktober senast 1 timma innan start. Vid efteranmälan höjs priserna från och med 26 September med 50 kr/lopp.

**Priser:** Vinsten kommer att tilldelas 1an, 2an och 3an (dam respektive herr) i loppet ungdom, 5 km, 10 km. I Stafetten tilldelas pris till det bästa laget. Utöver ovan tilldelas även enklare priser till de 3 bästa i varje tävlingsklass (dam respektive herr).

#### Tidtagning:

Tidtagningen sker med chip som sitter fast på nummerlappen. Tidtagningen med chip innebär att alla får en nettotid från det att man passerar startlinjen. (Ingen tidtagning sker på knatte och energiloppet)

## Resultatlista:

Resultatlistan publiceras på hemsidan så snart som möjligt efter loppet. Du hittar resultatlistan under kategorin "Resultat" eller på kontot du skapade vid anmälan.

## Omklädningsrum:

För att kunna erbjuda ett så Coronaanpassat lopp som möjligt ber vi alla löpare komma ombytta till start.

Värdeförvaring finns på start-/målplatsen.

## Toaletter:

Finns tillgängligt vid eventområdet.

## Dryck:

Vatten kommer att finnas vid målgång samt vid varvningen på 10 km loppet.

## Sjukvård:

Om olyckan skulle vara framme, så har vi sjukvård på plats. Det finns ett sjukvårdstält på eventområdet (Stora Torget) i nära anslutning till målgången som man själv kan uppsöka. Vårdcentralen Centrum Bräcke Diakoni står för sjukvården även i år och hjälper till med allt som kan hända före, under och efter loppet.

Vanligast är att löparna drabbas av mindre åkommor som skavsår, stukningar eller skrapsår. Äventyrsloppet kan medföra något större risk för dessa typer av skador, därmed sker deltagande på egen risk. Skulle olyckan ske under loppets gång finns det möjlighet att snabbt få tillgång till sjukvård.

## Alingsåsklassikern:

Running lights ingår i Alingsåsklassikern där du under 12 månader ska genomföra Alingsåsloppet, Alingsåssimmet, Mjörn runt och Running Lights. Alingsåsklassikern finns i tre varianter och du sätter ihop din egen klassiker, den som passar dig och dina mål.

## Långloppscupen:

Running lights ingår i Furhoffs långlopps- och ungdomscup i Västergötland. För deltagande i cupen krävs att man tävlar för förening, som tillhör Västergötlands friidrottsförbund. Den som gör detta ingår automatiskt.

## Info:

<http://www.runninglights.se> ,Följ oss gärna även på [Instagram](#) – [@Runninglightsloppet](#), [Facebook](#) – [@RunningLightsAlingsas](#)

## Frågor:

Maila frågor kring runninglightsloppet till [runninglights.aling@gmail.com](mailto:runninglights.aling@gmail.com). För annan information kopplat till Alingsås Idrottsförening Friidrott hänvisar vi dig till <https://www.svenskalag.se/aif-friidrott/kontakt>

Våra sponsorer:



AFRY  
AF PÓRYV



Alingsås Tidning

