

# ÖLAND LIGHTHOUSE CHALLENGE 2025

Uppdaterad 2025-01-06

## DATUM

Lördagen den 31 maj och söndagen 1 juni 2025

## PLATS START/MÅL SAMT STARTTID

Starten för båda distanserna sker vid fyren Långe Jan på lördagen kl.09:00.

- Målgång 100 miles: Fyren Långe Erik
- Målgång 50 miles: Lindbytvätten

## NUMMERLAPP

Nummerlapp lämnas ut vid startplats från och med en timme innan start. Information om loppet sker 20 minuter innan start.

## PRISUTDELNING

Pris delas ut till segraren för respektive distans (50 miles och 100 miles). Prisutdelningen samt utdelning av medalj och t-shirt sker direkt efter målgång på respektive sträcka.

## SISTA ANMÄLAN

Sista anmälningsdag är 24 maj, efteranmälan t.o.m. 27 maj. Därefter vid nummerlappsutdelningen.

## STARTAVGIFT

- 50 miles: 990 kr
  - 100 miles: 1 490 kr
- Efteranmälan + 100 kr i varje klass

I startavgiften ingår:

- Medalj
- Specialdesignad t-shirt. Ange storlek vid anmälan.
- Depåer cirka var 20:e km längs banan, samt vid målgång.
- Hantering av dropbags.

## BOENDE OCH TRANSPORT

Böda Sand erbjuder boende med 15% rabatt under helgen. Boka boende via telefon 0485-22200 eller via mail [info@bodasand.se](mailto:info@bodasand.se). Ange Öland Lighthouse Challenge. Egen transport till startplats samt målgång gäller.

## BANBESKRIVNING

Karta är en del i den obligatoriska utrustningen vilket betyder att alla deltagare ska ha antingen en gps-karta i klockan, digital karta i telefonen eller handhållen papperskarta. Handhållen karta går att skriva ut från hemsidan och GPX-fil går att ladda ner från densamma: [www.olandrunning.se](http://www.olandrunning.se)

# ÖLAND LIGHTHOUSE CHALLENGE 2025

Uppdaterad 2025-01-06

Vid vägval är banan märkt med pilar och följer till största del cykelleden Fyr till fyr. Banan består till största del av asfaltsväg, med några få inslag av grus- eller skogsväg.

**OBS!** Reflexväst och pannlampa gäller under tiden 21.00 – 04.00. Efter cirka 100 km passeras väg 136. Det är av stor vikt att alla tävlanden är medvetna och följer trafikreglerna under loppet i allmänhet och vid passagen över 136:an i synnerhet. All löpning i grupp sker på **höger** sida av vägbanan.

## TIDTAGNING

Manuell tidtagning gäller under loppet. Sluttider presenteras på hemsidan efter loppet och passeringstider vid utvalda depåer presenteras kontinuerligt via sociala medier.

## MAXTID

Båda sträckorna har en maxtid som måste klaras för att få ett slutresultat.

- Maxtid för 100 miles är 32 timmar (17.00).
- Maxtid för 50 miles är 14 timmar (23.00).

Deltagare som passerar efter ovanstående rep- och passeringstider är ute ur loppet och får slutresultatet DNF (Did Not Finish).

## ENERGIDEPÅER

Vid cirka var 20:e km (tätare i slutet) finns minst vatten och sportdryck (Umara) vid obemannade depåer. Vid depåerna efter cirka var 40:e kilometer finns ett större utbud av vätska och energi enligt nedanstående tabell, dessa är bemannade.

Depå	Sträcka	Utbud
1. Seby	20 km	Vatten och sportdryck (obemannad)
2. Stenåsa	40 km	<i>fastställs senaste 4 veckor innan loppet</i>
3. Gunnarstorp	61 km	Vatten och sportdryck (obemannad)
4. Lindby	80,46 km	<i>fastställs senaste 4 veckor innan loppet</i>
5. Alböke	101 km	Vatten och sportdryck (obemannad)
6. Sandvik	118 km	<i>fastställs senaste 4 veckor innan loppet</i>
7. Alvedsjö	130 km	Vatten och sportdryck (obemannad)
8. Byrum	140 km	Vatten och sportdryck (obemannad)
9. Tokenäs	152 km	Vatten och sportdryck (obemannad)
10. Långe Erik	160,93 km	<i>fastställs senaste 4 veckor innan loppet</i>

Övrigt tillskott av energi tar varje löpare med själv eller ordnar med egen support och langning. **OBS!** Denna egna support eller langning **tillåts enbart** vid de specifika energidepåerna som arrangören satt ut enligt tabellen ovan (ca 20 km mellanrum).

# ÖLAND LIGHTHOUSE CHALLENGE 2025

Uppdaterad 2025-01-06

## DROPBAGS

För 100 miles distansen finns det möjlighet att lämna in två dropbags innan start., en till halva distansen och en till målgång. För 50 miles distansen finns det möjlighet att lämna in en dropbag innan start, denna är tillgänglig vid målgång. Dropbagen märks med en ”tag” för den specifika depån (skrivs ut från hemsidan) samt med namn och startnummer. Det sker ingen transport av dropbags mellan depåer, planera därför noga vilken utrustning ni skall ha i respektive dropbag. Använd gärna en vattentät dropbag vid risk för regn. Använda dropbags samlas upp av sista fölgebilen och är tillgängliga efter att samtliga deltagare gått i mål.

## TOALETTER

Toaletter kommer finnas längs banan vid cirka var 15:e till 20:e km. Dessa är markerade på kartan och det finns skyltar som är märkta med WC längs sträckan.

## PERSONLIG UTRUSTNING

Vätskebehållare, karta (som ni skriver ut från hemsidan eller laddar ner i klockan), passande klädesplagg för väder och vind, nödproviant, mobiltelefon samt reflexväst och pannlampa/ficklampa. Det rekommenderas också att ta med extra batterier, extra kläder, salttillskott, solkräm, toalettpapper, aluminiumfilt och eget förstahjälpen-kit.

## KOMMUNIKATION

Under loppet följer en ”förcyklist” täten. Cyklisten (Mats 070-300 16 67) har även med diverse enklare utrustning (första hjälpen, extra batterier mm). Längs banan kommer även finnas supportbilar samt en sista fölgebil. Telefonnummer (om något händer): Calle: 070-444 31 02, Jonne: 070-693 87 44, Daniel: 070-778 86 12

## BRYTA LOPPET

Om du önskar bryta loppet måste du informera tävlingsledningen (ange vilken energidepå du befinner dig vid). Vi som arrangör hjälper till med transport till målområdet, det kan dock ta tid innan transporten anländer till er.

## REGLER

Acceptans av villkoren för tävlande signeras innan start. Svenska Friidrottsförbundets tävlingsregler gäller. Tävlande, funktionärer deltar på egen risk. Tävlingen är sanktionerad av Svenska Friidrottsförbundet.