

43:e

# UMEMARAN



**Starttider:**

**42 km – kl. 11.00**

**21 km – kl. 11.30**

**gainomax**

**gainomax**

**gainomax**

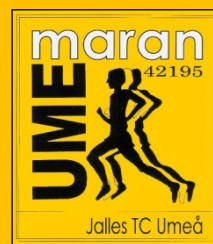
**TEAM  
SPORTIA** **helhet  
REKLAM**

Sveriges äldsta  
marathonlopp

Lör 10  
oktober  
2015

42 km &  
21 km

Marathon  
ingår i DM  
Västerbotten  
veteran-DM  
Grand Prix 17



[www.jallestc.se](http://www.jallestc.se)

**JALLES TC UMEÅ** inbjuder till **43:e UMEMARAN** - tävlings- och motionsloppet för män och kvinnor. Marathondistansen (42 195 m) i Umemaran är även DM för Västerbotten & veteran-DM individuellt och 3-mannalag, Grand Prix. Halvmarathon är ej mästerskap.

- Start & Mål:** Vid Tegs Centralskola, Umeå (södra infarten till Umeå)
- Starttider:** Lördagen 10 oktober. Marathon kl.11.00. För "slow-runners" (beräknade sluttider 4.45 eller längre) finns möjlighet att starta kl. 10.00. Meddela detta i förväg!  
Halvmarathon startar kl. 11.30
- Banan:** Bana med vändpunkt i Stöcksjö. Marathon två varv. 21 km ett varv. Kontrollmätt av Östen Mukkavaara, SFIF legitimerad banmätare.
- Bansträckning:** Tegs Centralskola – Volvo Umeverken - Röbäckslätten - Röbäck - Svedjan - Stöcksjö, där vändpunkten ligger. På återvägen löps en delvis annorlunda sträcka via Umåkers travbana - Volvo Umeverken och till Tegs Centralskola. Marathonlöparna varvar inne på skolgården. Varje kilometer är märkt med gula skyltar!
- Vätska:** Var 5:e km. Vid kontrollerna finns vatten och sportdryck. Egen dryck i märkta flaskor (namn o km) inlämnas senast in kl. 10.30 i cafeterian för 42 km. **Gainomax** finns vid målet.
- Omklädnad:** I Tegs Centralskola, gymnastikhallen (målområdet), en trappa ned. Män - vänstra ingången, kvinnor - högra ingången
- Klassindelning:** Klassindelning för marathon.  
Motionsklasser: Män och kvinnor.  
Tävlingsklasser män: M23, M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65, M70, M75+  
Tävlingsklasser för kvinnor: K23, K35, K40, K45, K50, K55, K60, K65, K70, K75+  
  
Halvmarathon: Motion män och kvinnor (OBS)
- Anmälan:** Anmälan  
Via mail till [ivan.forsgren@ume.se](mailto:ivan.forsgren@ume.se) eller brevledes till Jalles TC c/o Forsgren, Äldermansvägen 36, 904 21 Umeå  
Anmälan ska vara insänd senast tisdag **6 oktober**. I anmälan anges namn, födelseår, förening, distans, tävlingsklass, och ev. personbästa på aktuell distans. Deltagande i marathon DM/Veteran-DM gäller för tävlande i klubb ansluten till Sv Friidrottsförbundet.
- Anmälningsavgift:** 200:- för halvmarathon (efteranmälningsavgift 300 kr)  
300:- för marathon (efteranmälningsavgift 400 kr). Medlemmar i

**Svenska Marathonsällskapet** betalar 250:- (rabatt gäller endast fram till ordinarie anmälningsdatum)  
Inbetalas samtidigt med anmälan till bankgiro **480-9174**, Jalles TC Umeå. Veteraner kan **dubbelanmäla** sig även till M23/K23 i Västerbottens DM. Då tillkommer en extra avgift på 100 kr.  
Kaffe/te och smörgås efter loppet ingår i år i startavgiften.

**Nummerlappar:** Hämtas i Aulan senast 45 minuter före start, även efteranmälan.  
Tänk på köbildning – kom i tid!

**Värdeinlämning:** Vid Jalles Café, på målområdet

**Prisutdelning:** Halvmarathon – direkt vid målgången  
Marathon – ca kl. 16.30 i Tegs Centralskolas aula DM, VDM och ett stort antal hederspriser.

**Team Sportia** lottar ut en cykel bland alla som fullföljer marathon och som personligen deltar på prisutdelningen.

**Umemarans medalj:** Umemarans silverplakett som utdelas till alla fullföljande direkt efter målgången. Diplom för fem lopp. Guldmedalj för tio lopp på marathon. Utmärkelser för 20, 25 respektive 30 lopp.

**Banrekord:**

42 km:	Kristoffer Österlund, IFK Umeå	2.25.23
	Sophie Sundberg, Väsby IK	2.51.09
21 km:	Thomas Edström, Jalles TC	1.12.44
	Jenny Jansson, IFK Umeå	1.23.49

**För mera information:** Se även Jalles TC's hemsida [www.jallestc.se](http://www.jallestc.se)  
070-660 2189 Leif, 070 - 651 5478 Lars, 073-8267936 Roland

Tävlande sker på egen risk – Välkomma!

**Jalles TC Umeå i samverkan med huvudsponsorerna:**

**TEAM  
SPORTIA**

**helhet**  
REKLAM

**gainomax**  
recovery

**wasaline**



