

# wasaline Jalles TC Umeå & IFK Umeå inbjuder till

**50:e Umemaran** – tävlings- och motionslopp. Distanser marathon och halvmarathon. 42195 m är även **Norra Norrlandsmästerskap för seniorer och veteraner**, Västerbotten och Norrbotten, individuellt och i tremannalag. Umemaran är samtidigt sista deltävling i **Västerbottningens Grand Prix**.



## UMEMARAN

**Start & mål:** Tegs Centralskola på södra sidan av Umeälven **lördag 7 oktober**

**Starttider:** 42 km kl. **11.00**. För "slowrunners" (4.45 eller längre) finns möjlighet till start kl. 10. Meddela detta i god tid före. Distansen 21 km start kl. **11.30**.

**Banan:** Delvis ny bana med vändpunkt vid Stöcksjö Ridskola och strax söder om Väven vid Umeälven. 42 km två varv, 21 km ett varv. Kontrollmätt bana av SFIF leg. banmätare

**Bansträckning:** Se banskiss. Omläggningen av Bölevägen har gjort att bansträckningen förändrats på Tegssidan. Varje km är skyltad.

**Vätska:** Cirka var fjärde km serveras vatten och officiella sportdrycken **Umara**. Egen dryck i märkta flaskor inlämnas senast kl. 10.30 på startplatsen.

**Omklädnad:** Omklädningsrum med dusch finns i Idrottshallen för män och kvinnor

- Klasser:** 42km; Motion män och kvinnor (för ej medlemmar i SFIF-föreningar) Tävlingsklasser; Män ( född – 1989), M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65, M70, M75+. Kvinnor (-1989), K35, K40, K45, K50, K55, K60, K65, K70, K75+. Veteraner i Västerbotten/Norrbotten kan dubbelanmäla sig till Norra Norrlandsmästerskapet i klassen M/Kv mot extra avgift, se nedan.  
21 km ; Män och Kvinnor
- Anmälan:** Anmälan sker via <https://raceid.com/sv/races/> Anmälan ska vara inne senast **3 oktober**. Anmälan ska innehålla, namn, födelseår, förening eller motsvarande, klassindelning. Chiptidtagning kommer att tillämpas. Har du personligt chip ta med detta. Övriga får låna chip vid tävlingen. Efteranmälan görs på startplatsen kontant eller via swish.
- Avgifter:** Halvmarathon 300 kr (efteranmälan 400 kr)  
Marathon 500 kr (efteranmälan 600 kr)  
Medlemmar i **Svenska Marathonsällskapet** erhåller rabatt och betalar 450 kr och gäller endast för anmälan (medlemmar anger kampanjkoden MEDLEM vid anmälan) .  
*Dubbelanmälan* för veteraner som vill delta i Norra Norrlandsmästerskapet M/Kv Västerbotten tillkommer 100 kr  
I anmälningsavgiften ingår deltagarmedalj och kaffe och smörgås efter loppet.
- Nrlapp:** Hämtas på Tegs Centralskola senast 45 minuter före start. Chip registreras samtidigt.
- Värde-  
Inlämning:** Tegs Centralskola, serveringen.
- Prisutdelning:** 21 km - direkt efter målgång  
42 km ca kl. 16.20, ett stort antal hederspriser, Norra Norrlandsmästerskapet **Team Sportia Ersboda** lottar ut en cykel bland alla fullföljande på marathon och som personligen deltar på prisutdelningen. Plats för prisutdelning Aulan, Tegs Centralskola
- Umemarans  
medaljer:** Umemarans nya plakett till alla fullföljande vid målgång på 42 km. För 21 km Umemarans silverplakett. 42 km diplom för fem Umemaror, guldmedalj för 10 lopp och utmärkelser för "jämna" antal lopp däröver.
- Banrekord:**
- |       |                                |         |
|-------|--------------------------------|---------|
| 42 km | Kristoffer Österlund, IFK Umeå | 2.25.23 |
|       | Sophie Sundberg, Väsby IK      | 2.51.09 |
| 21 km | Tesfaldet Negash, IFK Umeå     | 1.07.57 |
|       | Charlotte Andersson, IFK Umeå  | 1.17.15 |
- För mera info:** Följ Jalles TC hemsida [www.jallestc.se](http://www.jallestc.se) eller Jalles Facebook, [www.ifkumea.com](http://www.ifkumea.com). 070-66021 89 (Leif), 0730-9341 34 (Hans). Tävländande sker på egen risk – anmäl ev brutet lopp vid närmaste vätskekontroll eller till speakervagnen vid målet och lämna in nummerlapp/chip.

Umemaran 2023

Ett varv = halv maraton

2023-10-07

