

PM

## Gotland Ultra Marathon- GUM - 3 Oktober 2015

### När?

Lördagen den 3/10

Start 9.00

### Samling

Hallshuks hamn 2015-10-03 kl. 8.45 senast.

Inlämning av proviant till vätskestationer/depåer sker före samling 8.30-8.45 (45 min bil från Visby)

### Nummerlappsutdelning

Intersport Kvarnen 17-18, onsdagen den 30/9. Här ges möjlighet att ställa frågor och få ev mer info. Resterande nummerlappar tas med till start.

### Var?

Start: Hallshuk hamn

Mål: Visby Kallbadhus

### Sträcka

51 km längs med Gotlands nordvästa klintkust.

### Underlag

Mestadels stigar, även grusväg och strandängar.

### Klasser

Individuellt. Dam- och herrklass.

### Hur?

Löpning med inslag av kontrollpunkter, ca 5 st. Kontrollpunkterna består av orienteringsskärmar orange/vita. Här finns en symbol som du skall notera på ditt stämpelkort som du får av arrangören. Dessa måste passeras på vägen. Mellan kontrollpunkterna får du springa valfri stig väg (ej asfaltsväg). Notera bokstav vid varje kontrollpunkt. Alla finns markerade på kartan. Enkel karta och roadbook samt stämpelkort delas ut vid start. Delvis snittslad sträcka. Alla kommer troligtvis springa fel någon gång. Felöpningsgaranti ingår.

### Motto

Alla kan vara med! Fokus ligger upplevelse och äventyr.

### Obligatorisk utrustning

Laddad mobiltelefon är obligatorisk utrustning.

**Depå**

Vid två tillfällen kommer det att gå att fylla på energi och dryck vid depåstopp, vid ca 13 km och ca 35km. Här fyller du på med den sportdryck och energi du själv har med och lämnar in vid starten. Markera en droppbox/kasse för depå 1 och en kasse/droppbox för depå 2. Alla ansvarar för egen energi under sträckan. I år kommer viss energi finnas vid depåerna. Kaffi och kladdkaka vid depå två.

**Övrigt**

Allt deltagande sker på egen risk. Alla deltagare ansvarar för egen säkerhet.

**Priser**

Guldmedalj samt ära och berömmelse till alla fullföljande.

**Niclas Kahlbom med crew**

I år i samarbete med Ringmurens CK.

# Stigfinnarguide - Roadbook

GUM, 3 oktober, 2015

## Deletapp 1 - Hallshuk fiskeläge - Ire

Spring västerut på vägen ut mot Harudden.

Vid Harudden, följ vägen åt vänster, snittslar, håll av söderut på höjden, spring ca 500 och gena sen över strandängen. Vid första fiskeläget är det sedan fritt vägval. Asfaltslöpning är ej tillåten, förutom den sista sträckan ca 3km, Snäck - mål

Spring längs stranden och strandnära tills 1km innan Häftingsklint. Spring upp för brant backe straxt *efter* du passerat Naturvårdsverkets lilla stuga.

Väl uppe på höjden så spring uppe hela vägen tills första fiskeläget du kommer till vid Häftings strand. Där du skall ner. Passera den sista sydligaste lilla boden och håll upp ca 50 meter från stranden, här börjar stigen som du skall följa hela vägen till Sigsarve strand.

Passera Sigsarve strand med bodar och följ vägen uppför backen från stranden. Följ snittslar emot kontrollpunkt ett som är nedanför klippan. Kontrollpunkt 1.

**Kontrollpunkt 1** - Irevikens nordligaste hörn precis nedanför branten.

Väl nere spring på Ire strand drygt två km. Om högt vatten i ån finns bro över ån ca 200 m upp från stranden.

**DEPÅSTOPP 1** - finns uppe på klippan (mitt sommarhus), följ snittslar från södra strand slutet/ Vändzonen / Restaurangen snittslar. Här finns din droppbox 1.

## Deletapp 2 - Ireviken - Lickershamn

Håll västerut mot Snipan, följ stigen på klinten. Håll åt havet vid de ev. vägval som ges.

Väl framme vid norra delen av Lickershamns vik ta dig ner för branten, stigen. Här nedanför finner du kontrollpunkt 2.

Obs! Branten kan vara hal vid regn!

**Kontrollpunkt 2** - finns vid grusvägens nordligaste spets vid havet, vändplanen, nedanför branten.

Spring läng med grusvägen förbi Lickershamn. Håll till vänster direkt efter sista fiskeboden, håll åt höger tills du når Jungfrun (rauk) här finner du **kontrollpunkt 3**.

## Jungfrun kontrollpunkt 3

Efter jungfrun fortsätt att springa söder ut längs med havet uppe på klinten. Vid ev. vägval håll längs med havet, spring uppe på klinten. Håll denna väg fram till Stenkyrkehuk. Håll kort åt vänster 30 meter sen rakt söder ut vänster vid bebyggelse, följ asfaltsväg ner till stranden, följ vägen.

Ta dig upp för branten innan Rönklint. Håll dig längs med vägen/ stigen söder ut via Burge (kan vara en backe till, upp o ned som jag ev. missat)

Från Burge håll dig längs med stigarna på klinten hela vägen till Hajmhagen. Här slutar klintkanten. Spring på stigarna ovanför stranden till Nyhamns fiskeläge. Nyhamnsfiskeläge är depåstopp två.

**Depåstopp 2 Nyhamnsfiskeläge.**

**Deletapp 3 - "Spurten" Nyhamn - Visby**

Håll längs med havet via vägar och stigar.

**Kontrollpunkt 4 Brissunds strand parkeringen**

OBS! Vid Sjalsö hamn spring över hästhage efter lilla ån. Efter hästhagen snårig stig fram till Brucebro stranden.

**Kontrollpunkt 5 Snäck vid vändzon**

De sista km på asfalt från Snäck till målet Kallbadhuset!