



Välkommen till Månkarbo Marathon 2024

Månkarbo IF inbjuder härmed alla löpare till sitt
7.e marathonlopp lördagen den 24 augusti 2024.

Vi inbjuder även till halvmarathon och Månkarborundan.

Loppet är sanktionerat av Mittsvenska Friidrottsförbundet.

Anmälan senast 22 augusti via Race ID

Länk: <https://raceid.com/sv/races/12601/about>

Du hittar Månkarbo 10 mil norr om Stockholm, 4 mil norr om Uppsala och 6 mil söder om Gävle precis bredvid E4-motorvägen avfart 192. Buss 821 från Uppsala går genom samhället.

Banlängder, klasser och starttider:

Marathon 42 195 meter	MK, MK50	6 varv x 7 km	11:00
Halvmarathon 21 098 meter	MK, MK50	3 varv x 7 km	11:00
Månkarborundan 7 km	MK, MK50, PF19, PF17, PF15	1 varv x 7 km	11:15
Månkarborundan 2,5 km	PF13, PF11	1 varv x 2,5 km	12:25
Månkarborundan 1,5 km	PF9	1 varv x 1,5 km	12:15
Minimarathon	PF 0-8 år	1 bana ca 250 m	11:45

Varje löpare ansvarar själv för att man springer rätt bana och rätt antal varv.

Tävlingsplats:

Tallparkens idrottsplats, Månkarbo. Adress till tävlingsplatsen är Ilmårsbergsvägen 9, 815 69 Månkarbo. Parkering sker på anvisade platser enligt skyltning och parkeringsvakter vid väg 600.

Banan:

Varvbana på 7 km som löps 6 varv för marathon, 3 varv för halvmarathon och 1 varv för Månkarborundan. Underlaget är nästan uteslutande grus men med cirka 1,5 km asfalt per varv inne i själva Månkarbo. Banan är platt och lättlöst.

Ungdomsbanorna 1,5 och 2,5 km är en blandning mellan stig, grus och asfalt.

Månkarbo Minimarathon går i huvudsak på fotbollsplanen.

Anmälan:

Marathon, halvmarathon och rundan anmäls via Race ID: <https://raceid.com/sv/races/12601/about>
Minimarathon föränmäls med mail till mankarbo.marathon@gmail.com eller på plats på tävlingsdagen.
Anmälan är öppen till torsdag den 22 augusti, from 18 augusti med förhöjd anmälningsavgift.

Avgift:

Anmälningsavgiften för Marathon är **420 kr** för Marathon, **290 kr** för Halvmarathon, **180 kr** för Månkarborundan 7 km, **120 kr** för Månkarborundan 2,5 km och 1,5 km. **60 kr** för Minimarathon.

Avgiften betalas via Race ID förutom Minimarathon som betalas på plats i samband med att nummerlappen hämtas.





- Efteranmälan:** Efteranmälan kan ske fram till den 22 augusti med förhöjd avgift. Efteranmälningsavgiften för Marathon är **520 kr** för Marathon, **370 kr** för Halvmarathon, **250 kr** för Månkarborundan 7 km, **150 kr** för Månkarborundan 2,5 km och 1,5 km.
- Efteranmälan kan också ske på plats på tävlingsdagen med 50 % förhöjd avgift. På tävlingsdagen gäller kontant betalning eller swish.
- För minimarathon gäller ingen förhöjd avgift och anmälan sker gärna på plats.
- Nummerlappar:** Nummerlappsutdelning och efteranmälan sker vid tävlingsplatsen i Idrottshallen vid Tallparken.
- Resultat:** laget.se/mankarbomarathon
- Prisutdelning:** Priser till plats 1-3 från FP17 till seniorklasserna. Alla ungdomar från från FP15 och yngre får pris.
- Ombyte:** Ombyte sker i Tallbacksskolans gymnasiskal ca 500 meter från tävlingsplatsen. Parkering kommer att finnas i omklädningsrummens närhet och tydlig skyltning för att ta sig till tävlingsplatsen.
- Upplysningar:** För mer info kontakta Staffan Löfström tel 070-342 89 48 eller maila till mankarbo.marathon@gmail.com
- Hemsida:** <http://www.laget.se/MankarboMarathon>
- Åldersindelning:**
- Marathon och halvmarathon.**
MK= Födda 1975 – 2006.
MK50= Födda 1974 och äldre.
- Månkarborundan.**
MK= Födda 1975 – 2004.
MK50= Födda 1974 och äldre.
FP19= Födda 2005-2006.
FP17= Födda 2007-2008.
FP15= Födda 2009-2010.
FP13= Födda 2011- 2012.
FP11= Födda 2013-2014.
FP 9= Födda 2015-2016.
- Minimarathon.**
FP 8= Födda 2017 och yngre.
- Tävlingsregler:** Svenska Friidrottsförbundets tävlingsregler gäller. All tävling samt deltagande i evenemanget sker på egen risk. Löpare som anmält sig till tävlingen har också godkänt att namn publiceras på internet.

Välkomna till Månkarbo!

Tävlingsledningen
Månkarbo Marathon

