



# Välkommen till Månkarbo på 2024 års **KÅVER & MELLIN MARATHON**

KÅVER & MELLIN och 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 Ilmarsbergsvägen 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 lättlöp.

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](mailto: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](mailto: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!

KÅVER & MELLIN samt Tävlingsledningen Månkarbo Marathon

