



Välkommen till
Blodomloppet
27 augusti 2009 i Västerås



Välkommen till det 6:e Blodomloppet i Västerås som arrangeras av Västerås FK i samarbete med Blodcentralen i Västerås. Vi som arbetar med Blodomloppet är glada för att du deltar i vårt arrangemang. Tack vare din insats hjälper du till att lyfta fram behovet av nya blod- och plasmagivare. Vi hoppas att du som inte redan är blodgivare/plasmagivare inspireras till att bli givare och bidrar till en viktig samhällstjänst. På tävlingsplatsen kommer vi att finnas med ett tält där vi ger information om hur man går tillväga för att bli blodgivare och vi kommer även att ha öppet hus på blodcentralen.

Plats Start och mål sker vid Mälarparken vid Öster Mälarstrand!

Parkering

Västra sidan på "Östra Mälarstrand Allén" och området syd om "Östra Mälarstrand Allén" vid småbåtshamnarna (stort parkeringsområde).

Banan

Startar/mål vid Mälarparken vid Öster Mälarstrand. Karta finns på www.blodomloppet.se eller så hämtar man den på Västerås FKs kansli på Kungsängsgatan 8. Kommer även att lämnas ut vid nummerlappsutdelningen. Banlängd: 5 km banan är 5 040 m 10 km banan är 10 030 m. Vätskekontroller ute på banan och vid mål. Allt deltagande sker på egen risk.

Uppvärmning

Gemensam uppvärmning före start av Västerås Gymnastikförening. Med start 18.15 och 18.40

Nummerlappar

Nummerlappen bäras synlig på bröstet, och fliken med chipet skall sticka ut från nummerlappen. Nummerlapparna kommer att delas ut i Friidrottshallen, Kungsängsgatan 8, tisdagen den 25/8 mellan 08:00-18:00 och onsdagen den 26/8 i huvudentrén vid Centrallasarettet i Västerås mellan 08:00-18:00. Tävlingsdagen from kl. 15:00 vid starten, **kom i tid.**

Efteranmälan kan göras i samband med nummerlappsutdelningen eller vid starten på tävlingsdagen mellan 15.00-17.30. Vi tar ut en efteranmälningsavgift på 40:-/person. OBS: Ingen efteranmälan för lag.

Start

18:30 Start 10km 1:a ledet Elitlöpare, 2:e ledet Motionslöpare
18:55 Start 5km 1:a ledet Elitlöpare, 2:e ledet Motionslöpare, 3:e ledet Promenad
Vi har också en blodgivarfil som startar bredvid de andra löparna, endast för blodgivare!

Till alla blodgivare

Alla blodgivare som deltar i Blodomloppet får en present vid nummerlappsutdelningen.

Priser

Vid målgång får alla deltagare en T-shirt samt medalj. Hederspriser delas ut till de tre främsta i respektive individuell klass. Några priser lottas ut.

Picknickkassar

Picknickkassar kan hämtas ut efter målgång på målområdet. Ta med uthämningsbeviset, som lagledaren har fått i sitt kuvert eller du som har speciellt beställt picknickkasse

Omklädnad/dusch

Sker hemma eller i Friidrottshallen på Kungsängsgatan 8, 200m från Friskis & Sveltis. Omklädningsen är öppen mellan 17.30 och 21.30. Kom ombytta i möjligaste mån.

Frågor besvaras av Västerås FK på telefon 021-135960 eller www.blodomloppet.se

VÄLKOMNA