

PM för deltagare i BromöllaMilen 4 oktober 2025

Välkommen	Ryssbergets IK hälsar Dig välkommen till BromöllaMilen , för andra året.
Start & Mål	Sparbankshallen, Bromölla.
Starttider	1,75 km kl. 10.30 10,0 km kl. 11.00 5,0 km kl. 11.10
Nummerlappar	Varje deltagare bör senast 30 min före start hämta sin nummerlapp i Sparbankshallen. Efteranmälan senast 30 min före start. Alla deltagare skall bära nummerlapp framtil .
Omklädning	Sparbankshallen, Bromölla.
Banmarkering	Banan är markerad vid korsningar med vita pilar eller streck, i övrigt står det funktionärer som visar vägen. Följ anvisningar från funktionärer (gula reflexvästar) samt banmarkering. Banan består av två varv (gäller 10,0 km). Varje kilometer är utmärkt med skylt.
Vätskedepå	Vatten och sportdryck (Umar) finns vid varvning/mål samt en depå ute på banan.
Brutet lopp	Anmäls till närmsta funktionär eller vid mål.
Resultat	Anslås vid nummerlappsutdelningen, samt på vår hemsida: www.ryssbergetsik.se/resultat-bm-2/
Prisutdelning	Pris till de bästa i varje klass samt utlottning av ett antal priser. För att delta i utlottning av Ballonguppstigning (värde 5000kr) erfordras personlig närvaro . Prisutdelning c: a 12.30
Sjukvård	Finns kvalificerad personal med bas vid start/målområdet.
Försäljning	Grillad korv, dricka. Kaffe med tilltugg.
Övrigt	Tävlingsledare: Mats Lindblad 070-587 67 11 Sekretariat: Göran Westesson 073-438 68 47
godtar även att filmer eller bilder som tas medier.	Genom anmälan godtar du att ditt namn och resultat publiceras offentligt på start- och resultatlista. Du under tävlingen kan komma att användas på vår hemsida samt i sociala medier.
att vidarebefordra dina registrerade uppgifter till tredje part.	Ryssbergets IK kommer inte
info@ryssbergetsik.se	Om du som deltagare inte godkänner detta ombeds du meddela oss på e-post:
	Tävlingen arrangeras enligt Svenska Friidrottsförbundets regler för långlopp. Arrangören fritar sig från ansvar för uppkommen skada under loppet.

Lycka till med loppet önskar RYSSBERGETS IK