

# ENDURE TRAIL

10 KM - 30 KM - 60 KM - 120 KM



15-16 AUG 2020

*Der tages forbehold for ændringer.*

Vindekilde Strandvej 21B  
4540 Fårevejle

## løbs-information

### Indholdsfortegnelse:

- 1) Parkering, start og mål område.
- 2) Afhentning af startnummer og start tidspunkter.
- 3) Ruterne og afmærkning.
- 4) Obligatorisk udstyr.
- 5) Depoter og Dropbag område.
- 6) Cut-off tider.
- 7) Tidstagning.
- 8) Sikkerhed.
- 9) Regler.
- 10) Aflysning af løbet & Force majeure.
- 11) Overnatning.
- 12) Øvrig information.

Kære deltager

I skrivende stund, er der 14 dage til Endure Trail 2020 bliver afviklet. For at sikre os, at vi havde de sidste COVID-19 retningslinjer fra myndigheder og DGI, valgte vi at udsætte udgivelsen af løbsinformation, hvorfor den har været noget forsinket.

Når man er aktiv og er i gang med at løbe, må man være 50 personer i start- og mål området, med to meters afstand. Derfor skal pårørende eller gæster begrænse deres ophold i start- og målområdet, når der er flere løbere samlet.

Til løbsbriefing vil i blive orienteret om forhold ved depot. For dem, som skal løbe længere distancer bliver i briefet om, hvordan i skal forholde jer til brug af jeres bil som depot, og udpassage gennem målportalen / tidsregistrering.

Generelle COVID-19 forhold. Hold afstand og vise hensyn. En meters afstand, når du ikke er aktiv (Før start og efter målgang, når pulsen er kommet ned) To meters afstand, når du er aktiv/løber. Dette gælder i start- og målområdet og ude på ruten. Der er steder på ruten, hvor i passere tæt forbi hinanden. Hvis, i ikke har mulighed for at træde til side, så drej hovedet.

## 1) Parkering, start- og målområde

Parkeringspladsen ved "Vraget Strand", Vindekilde Strandvej 21B, 4540 Fårevejle.

I tilfælde af parkeringspladsen bliver fyldt op henvises der til parkeringspladsen, Kalundborgvej 26D, 4534 Hørve (Sanddobberne Camping). Ca. 1 km fra start- og mål område. Følg grustien på vest siden af campingpladsen i nordlig retning. Der må ikke parkeres på Vindekilde Strandvej.



## 2) Program

### **60 km.**

Lørdag d. 15 AUG, kl. 08.00 – 08.50. Indskrivning / udlevering af startnummer.

Lørdag d. 15 AUG, kl. 09.00 Start 60 km.

### **120 km.**

Lørdag d. 15 AUG, kl. 09.05 – 09.50. Indskrivning / udlevering af startnummer.

Lørdag d. 15 AUG, kl. 10.00. Start 120 km.

### **60 km Sunset to Sunrise (STS)**

Lørdag d. 15 AUG, kl. 19.30 – 20.20. Indskrivning / udlevering af startnummer.

Lørdag d. 15 AUG, kl. 20.30. Start 60 km. Sunset to Sunrise.

### **30 km.**

Søndag d. 16 AUG, kl. 08.00 – 08.50. Indskrivning / udlevering af startnummer.

Søndag d. 16 AUG, kl. 09.00. Start 30 km.

### **10 km.**

Søndag d. 16 AUG, kl. 09.05 – 09.50. Indskrivning / udlevering af startnummer.

Søndag d. 16 AUG, kl. 10.00. Start 10 km.

For alle distancer afholdes der **løbsbriefing 10 min** før start.

Startnummer kan også afhentes **fredag d. 14 AUG, kl. 18.00 - 20.00** i start- og målområde.

## 3) Ruterne og afmærkning

10 km rute, 1 loop: <https://tracedetrail.com/fr/trace/trace/88914>

Underlag: Grussti, sandstrand, trampestier, skovstier og meget lidt asfalt.

30 km rute, 1 loop: <https://tracedetrail.com/fr/trace/trace/106753>

Underlag: Grusvej, sandstrand, trampestier, stenstrand, skovstier, MTB spor, grusstier og meget lidt asfalt.

60 km rute, 2 loop: <https://tracedetrail.com/fr/trace/trace/106752>

Underlag: Grusvej, sandstrand, trampestier, stenstrand, skovstier, MTB spor, grusstier og meget lidt asfalt.

60 km Sunset to Sunrise rute, 2 loop: <https://tracedetrail.com/fr/trace/trace/106749>

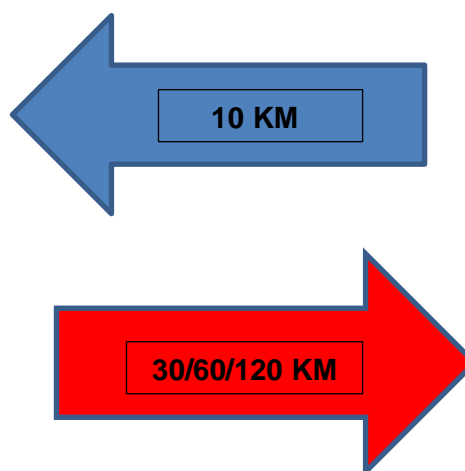
Underlag: Grusvej, sandstrand, trampestier, stenstrand, skovstier, MTB spor, grusstier og meget lidt asfalt.

120 km rute, 4 loop: <https://tracedetrail.com/fr/trace/trace/106750>

Underlag: Grusvej, sandstrand, trampestier, stenstrand, skovstier, MTB spor, grusstier og meget lidt asfalt.

Alle ruter bliver markeret med Wireflag og retningskilte. Retningskilte bliver opsat, hvor 10 km ruten og 30/60/120 km rute følges ad, splittes op, samt den del af ruten, hvor 30/60/120 km ruten passeres på ud- og retur vejen. Max afstand mellem Wireflag er 100 m.

Der bliver opsat **GIVAGT** skilte de steder, hvor i kommer frem til Vindekilde Strandvej.



Det er deltagerens eget ansvar at følge den markerede rute. Hvis du ikke har set et WireFlag inden for de sidste 100 m, så er det retur til sidste flag. Orienterer dig kun efter skilte i løbsretningen.

Asfaltvejene og de større grusveje er ikke de mest trafikerede, men være alligevel opmærksom. Løb i venstre side af vejen, og overhold færdselsloven.

Området vi løber i er en del af Geopark Odsherred, som på en god solskinsdag er vel besøgt. Udvis hensyn til de øvrige gæster, især i disse COVID-19 tider.

#### **4) Obligatorisk udstyr for 30/60/60STS/120 km som skal medbringes under hele løbet.**

- Opladt og tændt mobiltelefon, med løbsledelsens telefonnumre indkodet.
- Minimum 500 ml væskebeholder (Anbefaler dog at have kapacitet til 1L på 60/120 km distancer).
- Nød fløjte (Følger med i de fleste løbeveste eller kan købes i Outdoor butikker).
- Kompresforbinding (Kan købes i de fleste apoteker).
- Alutæppe / Survival blanket (Kan købes i Outdoor butikker).
- Foldekop eller tilsvarende, minimum 150 ml. Engangsemballage godkendes ikke.
- Vindtæt jakke eller vind og vandtæt jakke, åndbar.
- Sygesikringsbevis.
- Pandelampe med friske batterier (Gælder kun 60 km STS og 120 km deltagerne).
- Rød LED lygte eller reflexbind /vest med rød LED (Gælder kun 60 km STS og 120 km deltager).

#### **Anbefalet udstyr. Kan opbevares i dropbag**

- Vind og vandtæt jakke, åndbar (Hvis denne ikke medbringes i løbevesten).
- Cap, visor eller Buff.
- Grej til behandling af vabler.
- Grej til behandling af smårifter
- Solcreme.
- Creme til forebyggelse af slidsår.
- Reserve pandelampe og en lille lygte.

#### **Der er ingen krav til 10 km. (Men god stil, hvis uheldet skulle være ude).**

- Opladt og tændt mobiltelefon, med løbsledelsens telefonnumre indkodet.
- Sygesikringsbevis.
- Væskebeholder.

## 5) Depoter og Dropbag zone

Grundet COVID-19 har vi i år været nødsaget til at tage nogle tiltag i depoterne og dropbag zone. Det betyder, at vi har lukket ned for den åbne buffet, med frugt, chips og andet godt i depotet. Vi udleverer en goodiebag ved afhentning af startnummer med lidt godt i, men I skal i selv medbringe diverse mad, energibar m.m. Vi har stadig Coca-cola, Tailwind energidrik, vand og varmt vand i depotet. Det er kun hjælpere i depotet, som må betjene beholder med vand, energidrik og Coca-cola flasker.

Der serveres kun drikke i medbragt foldekop eller drikkedunk.

Depot ved parkeringspladsen, Ordrup Strand: Depot er lukket i år, men der er adgang til vand i toiletbygningen.

### **Dropbag zone**

I skal i videst mulig omfang benytte jeres egen bil som dropbag zone. Der vil stadig blive opsat et telt, hvor deltager, som ikke er i bil kan opbevare deres dropbag. I det omfang der er ledige pladser i teltet, så kan det selvfølgelig benyttes. Spørg ved indtjekning.

Der er ikke bund i teltet, så det anbefales at medbringe en vandtæt duffelbag eller plast-opbevaringskasse. Dropbag og opbevaringskasse skal være forsynet med deltagerens løbsnummer. Opbevaring sker på eget ansvar. Zonen er forbeholdt deltagerne.

## 6) Cut-Off tider

10 km: Ingen, men vi forventer dog i giver den gas ude på sporet.

30 km: 5 timer 00 min. 16 AUG kl. 14.00.

60 km: 10 timer 00 min. 15 AUG kl. 19.00.

60 km STS: 10 timer 00 min. 16 AUG kl. 06.30.

120 km: 1 cut-off: 60 km 11 timer 00 min. 15 AUG kl. 21.00.

2 cut-off: 120 km 22 timer 00 min. 16 AUG kl. 08.00.

Vi har valgt, at I selv skal disponere over jeres omgangstider i videst mulig omfang. En omgangstid tæller først ved udpassage fra start- og målområde, og ud på et nyt loop. Cut-off tider **skal** overholdes.

## 7) Tidstagning

Vi samarbejder med RaceResult omkring tidstagning, Bibchip i startnummeret.

## 8) Sikkerhed

Vi tager din sikkerhed alvorligt, og det obligatorisk sikkerheds udstyr du skal medbringe, er det mest basale du skal bruge, hvis uheldet er ude. Ved mindre tilskadekomst skal du ringe til løbsledelsen på indkodet telefonnumre.

Du har pligt til at hjælpe andre i nød eller vanskeligheder.

I tilfælde af alvorligt uheld ringes der direkte til 112, derefter til løbsledelsen. Vi kender området.

Hvis du af andre årsager vælger at udgå ude på ruten, så skal du ringe til løbsledelsen, eller sende en sms.

Løbsledelsen: Mark Andersen +45 2250 9350 – Lars Laugesen +45 2579 7625

Vejrhøj Trail er opsat på, at alle skal have en god løbsdag på sporet. Udvis derfor altid god sportsmanship og fair-play.

## 9) Regler

- **Nægter løberen at efterkomme ordre eller gentagende påtale fra løbsledelsen, medhjælpere i depot, eller læge – diskvalifikation.**
- **Manglende obligatorisk udstyr – diskvalifikation.**
- **Nægter at få obligatorisk udstyr kontrolleret – diskvalifikation.**
- **Undlade at hjælpe andre i nød eller vanskeligheder – diskvalifikation.**
- **Bevidst kaste affald på ruten, depot eller i start- og målområde – diskvalifikation.**
- **Bevidst skyde genvej, længde underordnet – Det er løbsledelsen afgørelse, hvilken tidstraf der bliver tildelt + tilbageløb til genvejens start.**
- **Der må ikke modtages pace ude fra, eller have private depoter ude på ruten – 15 min tidstraf.**
- **Startnummer skal bæres synligt, undlades dette – 15 min tidstraf.**

**Anti Doping Danmark er orienteret om løbets afholdelse. Deltager er forpligtede til at deltage, såfremt en dopingkontrol finder sted i forbindelse med løbet.**

## 10) Aflysning af løbet & Force majeure

Ved aflysning af løbet herunder grundet force majeure, vil startgebyret for tilmeldte løbere på tidspunktet for aflysning blive refunderet. Der forsøges arrangeret en backup løsning for afvikling af løbet i tilfælde af ydre omstændigheder, der måtte have indflydelse på afviklingen af løbet. Lykkes dette ikke, forbeholder løbsarrangørerne sig retten til at aflyse løbet.

## 11) Overnatning

Vi har indgået en rabataftale med Sanddobberne camping for deltager til Endure Trail. Campingpladsen ligger ca. 1 km fra start- og mål området. Oplys at du deltager i løbet ved booking

Sanddobberne camping: <https://sanddobberne-camping.dk/>

Skortskær B&B : <http://www.skortskaer.dk/>

Rosengården B&B: <http://rosengaardensbb.dk/>

Dragsholm slot: <https://www.dragsholm-slot.dk/>

## 12) Øvrig information

Der er toiletbygning ved start- og målområdet og Ordrup Strand. Ingen bedefaciliteter.

Vi har indgået en aftale med Sanddobberne camping, hvor I har mulighed for at benytte bedefaciliteter. Pris 15 kr. I skal bare medbringe dokumentation for I er deltager i løbet, når I henvender jer i receptionen. Medbring selv håndklæde.

Ved start- og målområdet er der en sandstrand, hvor der er mulighed for at blive kølet af efter løbet, eller familien kan bade mens du sveder ude på ruten.

Nærmeste supermarked / købmand ligger ca. 5 km fra start- og målområde, Fårevejle eller Ordrup.

I Ordrup er der udover en købmand, cafe, kiosk og spisesteder.

Ved Sanddobberne Camping er der Cafe / kiosk.

/ Vejrhøj Trail