**Velkommen til UltraBirken løp 8.juni**

UltraBirken løp arrangeres for 4. gang. Start er på Sjusjøen langrennsarena og mål er ved Håkons Hall, Lillehammer. Løypa er 59 km. Det er to justeringer på løypa fra 2012 på grunn av enkelte fuglearters hekking i juni måned. Løypa er merket og kart med riktig trasè blir utdelt sammen med startnummeret.

Les løpsreglene. Det er ikke lov å bruke ”lyd på øret” (mp3 spiller el) etter 45 km og inn til mål.

**Starttid**

Det er fellesstart kl. 08.00.

**Klasser**  
Det er to klasser; en for kvinner og en for menn. Alle som har fylt 16 år kan delta.

**Startkort**

Startkort lastes ned via Min Side på [birkebeiner.no](http://www.birkebeiner.no). Det gjelder som bevis for betalt startkontingent og viser endelig startnummer. Startkort må medbringes til startnummerutdelingen.

#### **Startnummerutdeling**

**Fredag 7. juni**

Håkons Hall, Lillehammer kl. 10.00-22.00

**Lørdag 8. juni**

Sjusjøen ved start fra kl. 07.00

#### Startnummer som ikke er hentet i Håkons Hall fredag kjøres til start på Sjusjøen lørdag morgen. I startnummerposen ligger informasjon og detaljert kart over løypa.

**Startnummeret bæres synlig**

Startnummeret bæres på brystet og slik at det er lesbart under hele løpet. Deltakere som ikke etterkommer dette vil bli stoppet av kontrollposter underveis.

**Deltakerkonvolutt**

Deltakerkonvolutt blir utdelt ved startnummerutdeling og inneholder startnummer, tidtakerbrikke (chip), borrelås, deltakerkort (med strekkode) samt bagasjelapper.

Vennligst benytt deltakerkortet ved avhenting av premier/diplomer. Dette for å gjøre utdelingen mer effektiv.

**Sekk**

Det er påbudt med sekk, men det er ikke krav til vekt. Alle deltakere må ha med mat, drikke, mobiltelefon og klær i sekken.

**Løype**

Løypa er 59 km og går fra Sjusjøen via Lunkefjell, Reina, Krigsfjell, Pellestova, Nevelfjell, Nysæterhøgda, Lunkefjell, Sjusjøen, Heståsen, Birkebeinerbakken, Spiten, Mesnasaga og videre til mål ved Håkons Hall.

Traseen blir merket alle får utdelt eget løypekart. 80% av løypa går i terreng.

# Bagasje

# Det er bagasjeinnlevering ved start på Sjusjøen. Bagasjeutlevering er etter målgang, Lillehammer.

**Droppsoner bagasje**Det er droppsoner for bagasje på Pellestova og Nordsetervegen. Innlevering av bagasje til droppsonene gjøres på start.

**Drikke- og matstasjoner**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Sted** | **Km fra start** | **Drikke/mat** |
| Start |  | Påfylling av Enervit sportsdrikk og vann |
| Nysæterhøgda | 7 | Enervit sportsdrikk, vann, bananer og kjeks |
| Midtbekken | 15 | Enervit sportsdrikk, vann og bananer |
| Pellestova | 24 | Enervit sportsdrikk, vann, bananer, kjeks og brødskive med salami og ost |
| Nysæterhøgda | 32 | Enervit sportsdrikk, vann, bananer, kjeks og boller |
| Nordsetervegen | 37 | Enervit sportsdrikk, vann, bananer, kjeks og boller |
| Sjøsætervegen | 45 | Enervit sportsdrikk, vann og bananer |
| Mesnasaga | 48 | Enervit sportsdrikk, vann, bananer, kjeks og boller |
| Kroken | 52 | Enervit sportsdrikk, vann og bananer |
| Mål | 59 | YT restitusjonsdrikk, vann og Toro suppe |

Enervit sportsdrikk: appelsin

**Tidtaking**Alle deltakere får tildelt en personlig tidtakerbrikke sammen med startnummeret. Denne brikken skal festes rundt venstre ankel med borrelås. Brikken er personlig og kan ikke overdras til andre. Deltakere uten brikke vil ikke få sin tid registrert, og kommer dermed ikke med i resultatlisten. Tidtakerbrikken skal leveres tilbake umiddelbart etter målgang. Ikke tilbakelevert brikke medfører ett gebyr på kr. 250.

UltraBirken starter på startskudd. Det vil si at tiden begynner ”å løpe” i det startskuddet går. Det er mellomtidsmatte på Pellestova, Sjøsætervegen og Kroken.

**Sperretider**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Sted** | **Sperretid** | **Transport til mål** | **Tid fra start** | **Km fra start** |
| Pellestova | kl. 12.00 | 12.30 | 4 timer | 24 |
| Nordsetervegen | kl. 14.30 | 15.00 | 6,5 timer | 37 |
| Sjøsætervegen | kl. 16.00 | 16.30 | 8 timer | 45 |

Det er transport av brutte løpere fra de nevnte stedene til mål. Alle som må bryte skal ringe alarmummer 61054830 for å melde i fra. Vi forventer at alle er i mål til kl. 18.00.

**Buss og parkering**

Det går gratis buss fra Sigrid Undsetsveg (nedenfor Håkons Hall) til start på Sjusjøen kl. 06.30. Booking av buss gjøres ved å sende e-post til; [berit@birkebeiner.no](mailto:berit@birkebeiner.no).

Det er parkering i målområdet øst for Håkons Hall (Randgaard). Parkering koster kr. 50,- og kjøpes på birkebeiner.no.

**Premiering/diplomer**

Alle som deltar får T-skjorte. De 3 beste kvinner og 3 beste menn premieres. Det er seremoni fra scene inne i Håkons Hall kl. 15.00. I tillegg premieres 25% av antall startende. Alle fullførte får også mellomtidsdiplom med mellomtider fra løypa samt sluttid i mål.

Lykke til med årets UltraBirken løp!