

# SALOMON

Salomon Hammer Trail winter 2025

## Starttidspunkter

50 miles/ 82 km – kl. 6.00

63 km – kl. 8.00

Marathon – kl. 9.45

21,1 km walk – kl. 10.00

10 km – kl. 11.00

10 km walk – kl. 11.00

1/2 marathon – kl. 12.15

## O-løb

Ultra orientering 36 km – kl. 9.00 maks. 11 timer

Ultra orientering 24 km – kl. 9.00 maks. 8 timer

Ultra orientering 15 km – kl. 9.00 maks. 4 timer

## Obligatorisk sikkerhedsudstyr på 50 miles, 63 km, marathon og 1/2 marathon

Der vil være kontrol af udstyr kort før start og der vil være stikprøvekontrol under hele løbet. Mangel af obligatorisk udstyr vil medføre tidstraf.

- Vædskebælte/Camelback med kapacitet på 1 liter (ex. 2x500ml)
- Bandage minimum 3 m
- Drikke/suppe-kop, der serveres kun drikke/suppe i medbragt kop
- Fløjte
- Survivalblanket/alufolie
- Mobiltelefon

## 50 miles, 63 km og marathon (det bliver mørkt kl. 16.30)

Pandelampe i god kvalitet min 200 lumen. Må gerne ligges i depot når den ikke bruges.

## Tidsgrænser og cutoffs

I tilfælde af meget sne og is vil tidsgrænser og cutoff blive flyttet

## 50 miles / 84 km

1. omgang 21,2 km 4 timer (860hm+)
2. omgang 42,4 km 8 timer (1.720 hm+)
3. omgang 63,6km 12 timer (2.580 hm+)
4. omgang 84,8 km og mål 16 timer (3.440 hm+)

Der gives bæltespænde til de løbere der afslutter de 50 miles under 12 timer og 30 min. Kvinder på 13 timer og 30 min.

## 63 km

1. omgang 21,2 km 4 timer (860hm+)
2. omgang 42,4 km 8 timer (1.720 hm+)
3. omgang 63,6km 12 timer (2.580 hm+)

## Marathon

1. omgang 21,2 km 4 timer (860hm+)
2. omgang 42,4 km 8 timer (1.720 hm+)

### **1/2 marathon**

1. omgang 21,2 km 4 timer (860hm+)

### **21 km walk**

1. omgang 21,2 km og mål 6,5 timer (860hm+)

### **10 km – walk 10 km**

Ingen cutoff - Husk drikkekop!!

**Ved passage af asfaltvej skal færdselsloven overholdes.**

### **Ændring af distance**

Der kan ændres distance frem til den 18. januar. Brug venligst "ret din tilmelding" nederst i bunden i din tilmelding.

### **Afhentning af startnumre**

Startnummer og chip skal senest afhentes 1/2 time før start. Der kan også afhentes startnumre fredag mellem kl. 17-20 i Brohuset ved Hammershus.

### **Depot**

Der vil være 2 depoter på ruten. Et i målområdet ved Brohuset og et efter 9,8 km på ruten.

Måldepotet: Coca-cola, vand, kaffe, te, varm cacao, saft, energidrik, appelsiner, bananer, chips, peanuts, slik, chokolade, sandwich, suppe, pommefrites mm.

Depot på rute: Coca-cola, vand, energidrik, chips, peanuts (**Det er selvsupport**)

Det er kun muligt at ligge egenforplejning i hoveddepotet ved start/mål.

### **Præmieoverrækkelse**

Der vil være præmieoverrækkelse fra kl. 14.30 når de 3 første løbere er kommet i mål.

### **Diverse**

Vi henstiller til at man giver plads til løbere der vil overhale i sporet. Hold til højre når de kommer flyvende bagfra 😊

Brug dit startnummer efter løbet til at få suppe, øl/vand mm i Brohuset efter løbet.

Det er muligt for supportere at købe mad og drikke mm. inde i Brohuset.

Det er muligt at få fyldt sin camelbag/væskeblære før start.

Løberne må kun få hjælp i hoveddepotet ved Brohuset.

Husk at lukke lågerne I skal igennem.

Ruten er opmålt flere gange med Garmin og er 21,2 km og 860 hm+

Det er muligt at lægge en dropbag i hoveddepotet. Vi henstiller til at al bagage bliver i bilen ellers kan det ligges i en lukket trailer ved start.

Hjælp andre der er presset ude på ruten, det kan være dig lidt senere. Hep på dem du passerer på din vej

### **Bad/toilet**

Der er ikke mulighed for bad.

På ruten er der toiletter i målområdet, på Hammerhavnen 100 meter fra løbsruten

### **Transport**

Bus forbindelse - se mere [www.bat.dk](http://www.bat.dk)

Taxa – DanTaxi 48 48 48 48

### Opmærkning

Ruten er mærket op med orange flag, og der er max 100 m. mellem hver afmærkning, så hvis du ikke ser et flag inden for ca. 300-400 m, så er du uden for ruten. Der vil være reflekser og skilte og pile hvor I skal dreje.

Vi kører livedækning fra løbet på Facebook -Salomon Hammer Trail

### Hvor er start/mål

Bus holdepladsen ved Brohuset. Brohuset, Slotslyngvej 9, 3770 Allinge.

### Parkering biler

Der kan parkeres på p-pladsen ca. 200 meter fra start/mål

### Kontakt

lob@tejnif.dk

# SALOMON

Salomon Hammer Trail winter 2025

### Start Times:

- **50 miles / 82 km:** 6:00 AM
- **63 km:** 8:00 AM
- **Marathon:** 9:45 AM
- **21.1 km walk:** 10:00 AM
- **10 km:** 11:00 AM
- **10 km walk:** 11:00 AM
- **1/2 marathon:** 12:15 PM

### Orienteering Race:

- **Ultra Orienteering 36 km:** 9:00 AM, max 11 hours
- **Ultra Orienteering 24 km:** 9:00 AM, max 8 hours
- **Ultra Orienteering 15 km:** 9:00 AM, max 4 hours

### Mandatory Safety Equipment for 50 miles, 63 km, Marathon, and 1/2 Marathon:

There will be an equipment check shortly before the start and random checks throughout the race. Missing mandatory equipment will result in a time penalty.

- Hydration belt/Camelback with a minimum capacity of 1 liter (e.g., 2x500ml bottles)
- Bandage, minimum 3 meters
- Cup for drinks/soup (only served in personal cups)
- Whistle
- Survival blanket/aluminum foil
- Mobile phone

For **50 miles, 63 km, and Marathon** (sunset at 4:30 PM):

- High-quality headlamp with a minimum of 200 lumens (can be stored at the depot when not in use)

**Time Limits and Cutoffs:**

In case of heavy snow and ice, time limits and cutoffs may be adjusted.

**50 miles / 84 km:**

- **Lap 1 (21.2 km):** 4 hours (860hm+)
- **Lap 2 (42.4 km):** 8 hours (1,720hm+)
- **Lap 3 (63.6 km):** 12 hours (2,580hm+)
- **Lap 4 (84.8 km and finish):** 16 hours (3,440hm+)

A belt buckle will be awarded to runners who complete the 50 miles in under 12 hours and 30 minutes. Women have a limit of 13 hours and 30 minutes.

**63 km:**

- **Lap 1 (21.2 km):** 4 hours (860hm+)
- **Lap 2 (42.4 km):** 8 hours (1,720hm+)
- **Lap 3 (63.6 km):** 12 hours (2,580hm+)

**Marathon:**

- **Lap 1 (21.2 km):** 4 hours (860hm+)
- **Lap 2 (42.4 km):** 8 hours (1,720hm+)

**1/2 Marathon:**

- **Lap 1 (21.2 km):** 4 hours (860hm+)

**21 km Walk:**

- **Lap 1 (21.2 km):** 4 hours (860hm+)

**10 km / 10 km Walk:**

- No cutoff time - Remember to bring your own cup for drinks!

**Road Crossings:**

Participants must comply with traffic rules when crossing roads.

**Distance Changes:**

Participants can change their distance up until January 18. Please use the "Edit your registration" link at the bottom of your registration email.

**Bib Number Pickup:**

Bib numbers and timing chips must be collected no later than 30 minutes before the start. Bib numbers can also be picked up on Friday between 5:00 PM and 8:00 PM at Brohuset near Hammershus.

**Aid Stations:**

There will be two aid stations on the course:

1. At the finish area near Brohuset
2. After 9.8 km on the course (self-support)

**Main Aid Station (Finish Area):**

- Coca-Cola, water, coffee, tea, hot cocoa, juice, energy drinks, oranges, bananas, chips, peanuts, candy, chocolate, sandwiches, soup, and fries.

**On-Course Aid Station:**

- Coca-Cola, water, energy drinks, chips, peanuts (self-support only)

Participants can leave personal supplies at the main aid station at the start/finish area.

**Award Ceremony:**

The award ceremony will begin at 2:30 PM once the top three runners have finished.

**General Information:**

- Please allow faster runners to pass by keeping to the right on the trail. 😊
- Use your bib number after the race to get soup, beer/water, etc., at Brohuset.
- Supporters can buy food and drinks inside Brohuset.
- Runners can refill their Camelbacks/hydration bladders before the start.
- Assistance is only allowed at the main aid station at Brohuset.
- Remember to close all gates you pass through.
- The course has been measured several times using Garmin and is 21.2 km with 860 m elevation gain per lap.
- Drop bags can be placed at the main station. We encourage participants to leave their bags in their cars or place them in a designated closed trailer at the start.
- Help other runners in need; you might need help later. Cheer on those you pass!

**Restrooms:**

There are no shower facilities available. Toilets are available at the finish area and at Hammerhavnen, 100 meters from the race route.

**Transport:**

- Bus service: See [www.bat.dk](http://www.bat.dk) for more information.
- Taxi: DanTaxi (+45) 48 48 48 48

**Course Marking:**

The course will be marked with orange flags. There will be a maximum of 100 meters between each marker. If you do not see a flag within 300-400 meters, you are off course. Reflectors, signs, and arrows will indicate where to turn.

**Live Coverage:**

We will provide live coverage of the race on our Facebook page - Salomon Hammer Trail.

**Start/Finish Location:**

- Bus stop near Brohuset, Slotslyngvej 9, 3770 Allinge.

**Parking:**

Parking is available approximately 200 meters from the start/finish area.

**Contact:**

Email: [lob@tejnif.dk](mailto:lob@tejnif.dk)

