

PM TILL BLODOMLOPPET DEN 14 maj 2024

Du hälsas hjärtligt välkommen till vårt 28:e arrangemang av Blodomloppet i Malmö! Blodomloppet är ett mycket uppskattat och gemytligt motionslopp, där syftet är att marknadsföra och uppmärksamma den livsviktiga blodgivningen.

Nummerlappen: Det är viktigt att ni i löpklasserna har nummerlappen på bröstet. Vid inlämning i effektförvaringen river ni av fliken längst ner på er nummerlapp och fäster med gummisnodd eller säkerhetsnål på väskan. Vi ansvarar ej för värdesaker. Området är öppet kl. 17.30-20.30 utan kostnad. Lägg din väska i en av raderna markerade med frukter eller grönsaker. Efter loppet hämtar ni er väska och visar er nummerlapp för personalen.

Ändringar: Om ni skall ändra sträcka eller byta namn på deltagare gör ni detta vid nummerlappsutdelningen. Det kostar 50 kronor och går bra att betala med kort eller via Swish till nummer; **123 466 44 62**. **Ange ändring blodomloppet.**

Efteranmälan: Kan ni göra vid efteranmälingstältet och kostar 350 kronor. Det går bra att betala via swish till nummer: **123 466 44 62**. **Ange efteranmälan**

Blodomloppet. **Efteranmälan ej möjlig för lag.** Efteranmälan för Lilla Blodomloppet kostar 100k. **Det går även att gå in via hemsidan och anmäla sig – då kan ni betala med kort.**

[Klicka här för att komma till hemsidan](#)

Start:

- Kl. 17.45 startar Lilla Blodomloppet
- Kl. 18.25 startar promenadklassen
- Kl. 18.40 startar alla som springer 10 km under 45 min.
- Kl. 18.45 startar alla som springer 10 km över 45 min.
- Kl. 19.00 startar alla på 5 km som springer under 30 min.
- Kl. 19.05 startar alla på 5 km som springer över 30 min.

Omklädning: Kom gärna ombytt. Vi erbjuder tält på plats för omklädnad.

Uppvärmning: Friskis & Sveltis håller i gemensam uppvärmning på området för de som vill kl. 17.25(lilla) kl 18:00 och 18:30

Toaletter: Hyrtoaletter finns på området och utanför tennisbanorna. Handikappstolett på finns båda ställena.

Banan: Lilla Blodomloppet är ca 700m. Promenadklassen är en 5 km slinga och löpklasserna finns i 5 och 10 km. Se banskiserna. Slingorna är markerade med avspärrningsband, pilar och på vissa ställen orange markering på marken. Förcyklist kommer att finnas på löpklasserna. På strategiska ställen finns vägvakter för att visa vägen.

Km-markeringar: Finns utsatta längs alla banor utom Lilla Blodomloppet

Vätskekontroller: Efter Vattenverket (Samtliga), Vid Dammstorpsvägen (enbart 10 km slingan), Efter målgång (Samtliga)

Underhållning: Musik och underhållning kommer att finnas utmed banan och på området. Besök gärna våra sponsorer.

Sjukvård: Sjukvårdspersonal finns på banan och på arrangemangsområdet efter målgång

Tidtagning: Tid tas på alla fullföljande i varje löpklass klass. **Ej promenadklassen eller Lilla Blodomloppet.** Resultatlista presenteras på vår hemsida:

blodomloppet.se/malmo och www.racetimer.se. Önskar man vara anonym hör av er till malmo@blodomloppet.se.

T-shirts: T-shirts delas ut vid nummerlappsutdelningen.

Medaljer & Priser: Medalj fås efter passerad målgång för de som vill ha. Ettan, tvåan och trean i varje löpklass (Dam & Herr) kallas till prisutdelning. **Inga priser i promenadklass eller Lilla Blodomloppet.**

Organisation: För att allt ska fungera smidigt efter målgång: Hämta picknickkasse i vårt Picknicktält efter loppet (Gäller lag och de som beställt extra picknickkasse). Umgås, picknicka, och lyssna på intervjuer från scenen

Blodbuss: Det finns en blodbuss inne på området. Vi uppmanar alla att vid något tillfälle under kvällen göra ett besök i bussen. Om du inte redan är blodgivare så ta tillfället att anmäla dig som blodgivare.

Händer på området: Före, under och efter loppet kan man prova på olika aktiviteter på området så besök gärna våra partners tält under kvällen. **Vi har även en prova på Friidrottsaktivitet för barn vid effektförvaringen**

Picknickkassar: Dessa finns till samtliga lag att hämtas på området mot avlämnande av picknickbevis som är en del av era startkuvert. **Kioskförsäljning:** Finns inne på motionscentret

Transportmedel: Lämna helst bilen hemma om det går. Parkering finns på XXXLutz eller på gatorna runt området. Samåk gärna, åk kollektivt eller cykla. Buss 6, 31 eller 150. Hållplats: Ulricedal/Bulltofta. **LYCKA TILL!**