



**Inbjudan**  
**Granbäcken Backyard 12 timmar**

**Välkommen till klubbens fjärde Backyard,  
Denna gång på nationaldagen den 6 juni**

**Loppet ingår i Västsvenska löparcupen**

För att få poäng i Västsvenska Löparcupen, måste man tävla för klubb ansluten till Friidrottsförbundet och dess Västsvenska distrikt (Halland, Bohuslän/Dal, Västergötland)

**Banan**

Vi använder det blå terrängspåret vid **Björkehovsgården**, (Södra Granbäcksvägen 9, Borås) med en liten förlängning på gräsmattan bakom själva gården. Där också start och mål finns. Varje varv mäter 6706 m och är väl markerad med blå pilar.

Efter ca 3 km delar sig spåren och ni tar till vänster (se bild).



Var också uppmärksam vid vägövergångar och den korta bit av banan som går på väg.

**Anmälan**

Anmälan på <https://mittlopp.se/anm/FWSLCCUXGYYZDKTVGF/ZXNSZCYBBADGKOSAHQ> senast 1 juni kl 18.00. Vi tar emot 100 anmälningar.

**Anmälningsavgift:**

200:-, medlemmar i Borås Löparklubb 50:- (rabattkod skickas till alla medlemmar)

**Regler**

Starten går kl 9:00 och därefter varje hel timme till kl 20:00

**För att skilja löpare åt gäller följande**

*Den som fullföljt ett varv kommer före den som bryter eller inte klarar tiden. Om ingen kommer i mål blir den först som kom längst på det varvet.*

*Vid lika antal varv och ingen startar på nästa så kommer den som var snabbast på senaste varvet först*

*Skulle fler än en löpare fullfölja varv 12 inom tiden, delar de på segern*

Den som inte hinner tillbaka över mållinjen innan nästa start är ute ur loppet, men får tillgodoräkna sig genomfört varv.

Alla löpare måste befinna sig i startfällan, som kommer att vara markerat med rep, när startsignalen går. Start sker med visselsignal och en förvarning sker två, resp en minut före start. Efter startsignalen får man inte gå tillbaka över startlinjen.

Man får vila eller göra annat ute på banan, bara man klarar varvet i tid.

Det är inte tillåtet att få fysisk stöttning utefter banan. Det är heller inte tillåtet att springa med en pacer och man får inte använda stavar.

Däremot får du gärna ha sällskap med övriga deltagare ute på banan.

### **Parkering**

Sker på grusplanen vid Björkehovsgården.

Vi många deltagare kan också annan anvisad plats nära gården bli aktuell.



### **Nummerlapp**

Kommer att finnas på ett bord vid starten.

### **Varvräkning**

Du ansvarar själv för att bli avbockad på uppsatt lista vid målgång

### **Priser**

Alla deltagare som klarat minst ett varv, får ett pris, dessutom utlovningspriser och priser till de som håller på längst.

### **Ombyte och dusch**

Vi har tillgång till Björkehovsgårdens omklädningsrum.

### **Tält, stolar, bord, hängmatta...**

Kommer det att finns möjligheter att sätta upp i anslutning till startområdet på anvisade platser. Kommer också att finnas ett antal tomma bord som ni kan disponera.

### **Övrigt**

- Vi kommer inte att servera någon form av mat eller dryck, du ansvarar själv för detta. Vatten för påfyllning till egen mugg/ flaska kommer att finnas vid start/mål
- GB12 ingår i vår interna BLK-Cupen 2023

**Välkomna att fira Nationaldagen med oss!**