

LØBESHOP.OK

THY TRAIL MARATHON

Lørdag den 24. februar 2024

Kære Løber

På lørdag er vi for 13. gang klar til at byde jer alle hjertelig velkommen til Danmarks barskeste Marathon i Nationalpark Thy. Vi er beærede over, at vi igen i år kan melde fuldt hus med 750 deltagere. I kan glæde jer til en kæmpe natur- og løbeoplevelse i Danmarks rå, smukke og våde natur! Vi har her samlet en række praktiske informationer - men følg med på Facebook, hvor vi løbende opdaterer med de nyeste oplysninger! Ellers håber vi, at du, dit hoved og dine ben er klar til den udfordring, som venter!

SIKKERHED

Hold øje med vejrudsigten

Vi vil endnu engang understrege, at det bliver barskt! Det betyder, at ruten stiller store krav til din fysiske form, din påklædning og din forberedelse inden løbet. Du kan forvente kolde og våde ben i store dele af løbet. Ruten er hård og meget våd i år.

Vi anbefaler, at du følger vejrudsigten nøje og planlægger din påklædning ud fra denne. Det har stor betydning, hvilken retning vinden kommer fra, i forhold til hvor koldt det vil være. Vi løber fra syd til nord. Husk ligeledes, at vi har sat en minimumsbeklædning. Hold godt øje med Facebooksiden og hjemmesiden Der kan komme tilføjelser til den krævede påklædning. Vi anbefaler, at man medbringer mobiltelefon gerne i vandtæt pose.

Valg af tøj

Du skal medbringe hue, handsker, vindtæt og vandafvisende jakke og lange løbebukser/tights. Meldes der over 2 grader, er det ok med lange sokker og ¾ tights - der må ikke være bar hud!

Ved problemer og nødsituationer

Da der mellem depoterne kan være temmelig øde, er man forpligtet til at hjælpe, hvis man ser en løber i problemer. Er der ikke tale om en decideret nødsituation giver man besked ved næste depot omkring hændelsen, og depotpersonalet vil sørge for hjælp.

Er der tale om en nødsituation gives passende førstehjælp og der sørges for at tilkalde hjælp via nærmeste depot eller anden civilisation! (Evt. mobiltelefon, hvis der er signal, og der er en telefon til rådighed). Vi har samaritater undervejs på ruten, tag kontakt til disse ved problemer.

Vi har en "fejebakke", som løber bagerst på maraton distancen. Han vil være udstyret med ekstra energi m.m. Og bare rolig han overhaler dig ikke!

Udgår du af løbet

Bliver du nødsaget til at udgå, så gå om muligt til nærmeste depot, som vil have et varmt tæppe og sørge for dig. Kan du ikke selv komme til et depot, så bed en anden løber give besked omkring din placering, så vil vi forsøge at hente dig. (Da det er meget bøvlet at hente folk ud fra ruten er det kun i nødstilfælde, at man skal bede om at blive hentet).

Udgår du uden om depot eller anden official f.eks. ved at blaffe – så kontakt HURTIGST MULIGT løbsledelsen, så vi ikke begynder at lede efter dig.

Løbslederens (Flemming Søvnald Nielsen) tlf.nr. **61 69 30 46**

Følg den markerede rute

Der **skal** løbes på stier og veje (med mindre andet er tydeligt markeret). Af hensyn til naturen er det **ikke tilladt** at skære hjørner hist og her, heller ikke ved vådområder o.lign., hvor det kunne friste. Du risikerer at lukke for fremtidige tilladelser til Thy Trail Marathon.

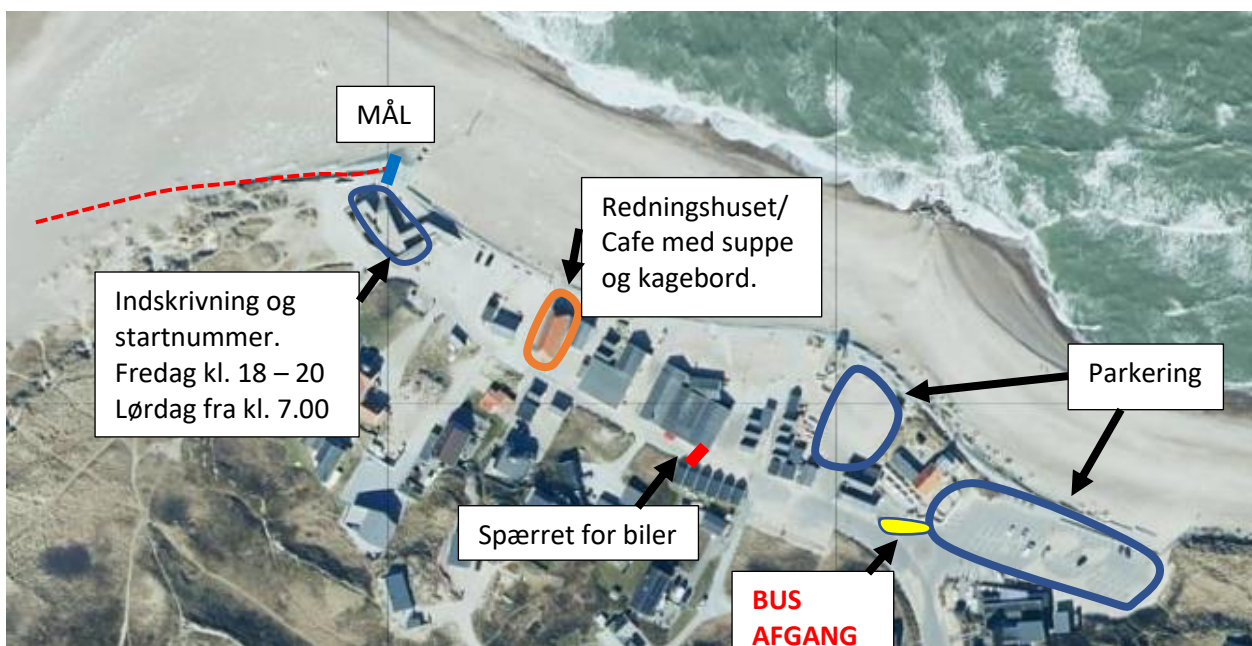
INFORMATION

Nummer og BUFF-udlevering

Nummerudlevering sker i Klitmøller fredag kl. 18.00 – 20.00 og lørdag fra kl. 7.00 ved Hummerhuset, Ørhagevej 140, Klitmøller, 7700 Thisted - Surfernes klubhus i mål området. Her udleveres også dette års flotte specialdesignede BUFF, som er lavet i samarbejde med Løbeshop.dk

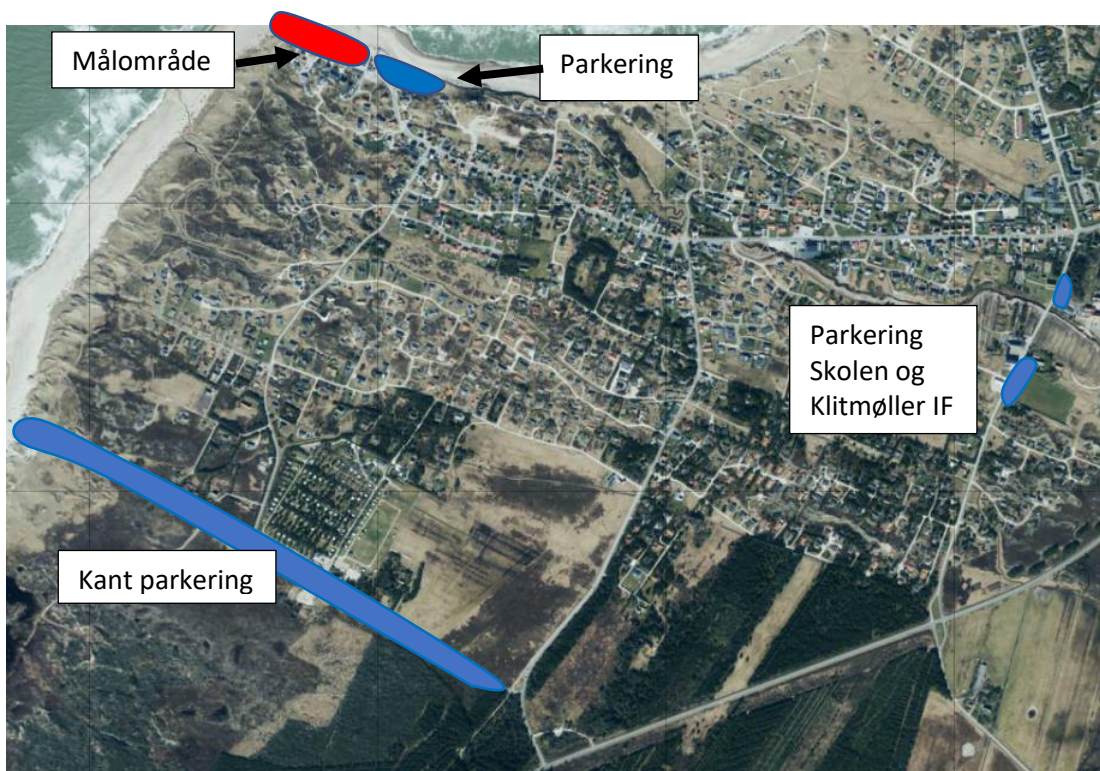
Hent gerne nummer og BUFF til andre. Kom i god tid.

Chip er med velcrobånd som placeres omkring den ene ankel.



Parkering og toilet

Vi vil have alle til at parkere hensynsfuldt! Så brug P-pladserne! Kantparkering kun tilladt ude ved Nystrup Camping. P-pladser ved Klitmøller IF og Klitmøller Skole må bruges.



Toiletbesøg inden start gøres i Klitmøller, og der vil kun være enkelte toiletter og toiletvogn ved de forskellige startområder.

Bustransport til start

Deltagerne transporteres i busser til startstedet. Løberne skal holde sig klar 1 time før start.

Busafgang vil blive annonceret højt og tydeligt og kører fra målområdet. Det er dit ansvar, at du kommer med en bus til start.

Busafgang fra Klitmøller:

- 42 km – kl. 9.00
- 21 km – kl. 11.00
- 11 km – kl. 10.15

Som løber skal du forvente at skulle forlade bussen 20 min. før start. Det er derfor ikke nødvendigt at medbringe ekstra overtrækstøj og vi har ikke mulighed for at hjælpe med at transportere ekstra overtøj tilbage til Klitmøller.

RUTEN

Uanset om man er garvet Thy Trail Marathon deltager eller med for første gang, kan I glæde jer til en oplevelse i særklasse. Men "Vær beredt" på en smuk og barsk rute.

Ruten vil være tydeligt markeret med flag og afmærkningsbånd de steder, hvor der skal drejes fra. Der vil også være markering med jævne mellemrum på lange lige stræk, hvor der ikke er tvivl om, at man skal følge stiens naturlige forløb. (Min. hvert 350 m.)

På strandstræk vil der kun være markering, hvor man skal forlade stranden. Denne markering vil være meget tydelig og ekstra markeret med flag.

Hold godt øje med markering og følg ikke blot "tåben", som løber foran dig.

Den gamle redningsvej følges primært med afstikkere. Vær obs. på at det er Danmarks Barskeste Marathon - og uanset hvad din GPS siger - så skal du helt hen til Klitmøller/Hummerhuset... (og der er langt på det sidste strandstykke).

Vær opmærksom på at 11 og 21 km støder til maratonruten - og vi beder løberne vise hensyn til hinanden!

Depoter

Vis hensyn ved depoterne. Der er mange løbere – og alle skal have forplejning. Overhal på stierne og ikke i depoterne.

For maraton løberne er der mulighed for at få bragt en pose med personlig forplejning og andet ud til depotet ved Stenbjerg Landingsplads (21 km) og ved Bøgsted Rende efter 31 km. Den personlige forplejning må max. fylde en bæreposes og vil blive stillet op, så man let kan se sin egen. Man sørger selv for bæreposen og for at finde den ved depotet. Bæreposen afleveres i Klitmøller ved indskrivning inden busafgang.

Mål området

Opløbet går på stranden mod Klitmøller. Du er først i mål, når du passerer målmåtten, som registrerer din tid.

Bad og omklædningsfaciliteterne er begrænsede i målområdet med 3 baderum. Vi har derfor også lånt Klitmøller IF's bedefaciliteter 1,8 km. fra mål området. Der vil ikke være tid til det store "Wellness" bad med 750 deltagere. Så skyl sveden og sandet af kroppen og kom i Æ' Redningshus til forplejning bagefter!

I Æ' Redningshus serverer vi tomatsuppe og kagebord til jer alle. Vi håber på en hyggelig stemning og en god afslutning. Giv hjerte- og husrum til, at de trætte løbere kan komme ind - jo længere tid man har brugt på ruten - jo mere har man brug for en god forplejning og et klap på skulderen.

Præmier

Præmieoverrækkelse sker ca. kl. 13.15 for 11 km. og kl. 14.30 for hel- og halvmaraton ved Hummerhuset. Vi håber folk bliver og klapper af de hurtige løbere - samt bliver og hænger ud og klapper af de knap så hurtige løbere - husk varmt og vandtæt tøj - vi garanterer ikke sol!

Lodtrækningspræmier udtrækkes under løbet - og vil være ophængt i mål området og udleveres ved Surfernes klubhus/indskrivning - husk at tjekke om du har vundet noget! Præmien skal afhentes på løbsdagen.

DET SIDSTE

Finisher-T-shirt

Når du har gennemført løbet, har du mulighed for at købe en souvenir. Vi har lavet årets Finisher-Tee i samarbejde med det danske brand Lipati, som producerer top funktionelt løbetøj af genbrugsplastik. Når du står med produkterne i hånden er genbrugsplastik ikke det første du tænker på, for metervarerne er bløde og lækre og detaljerne er i top.

Vi har udvalgt Strato Tee og Arcus Long Sleeve, som de 2 produkter, der kan bestilles med Thy Trail Marathon Finisher logo.

Du kan se og mærke Lipati tøj i mål området Hummerhuset/indskrivning. Du bestiller selv direkte på loebeshop.dk.

Tøjet bestilles på: <https://www.loebeshop.dk/thy-trail-finisher>

Norsk: <https://www.loepeshop.no/thy-trail-finisher>

Svensk: <https://www.loparshop.se/thy-trail-finisher>

Vi sender tøjet - og du kan blære dig med at have gennemført Danmarks Barskeste Marathon! Du skal bestille senest den **3. marts**. HUSK at skrive hvilken distance du har løbet! Levering er ca. den 20. marts.

Thy Race løb 2024

Thyrace.dk er opdateret med løb i Thy i løbet af 2024 og tilmeldingerne er alle åbne.

1. april: Thy Mud Race

10. august: VØ Halvmarathon

2. – 3. november: Etapeløb Thy Trail

1. oktober 2024 kl. 18.00: Tilmelding til Thy Trail Marathon 2025 åbner

Sponsorer

Tusind tak til vores sponsorer! De støtter os, jer og gør Thy Trail Marathon lige den tand federe! Så støt dem næste gang du skal handle grej, ud at rejse, købe ind eller booke et sommerhus i Thy - måske til Thy Trail Marathon 2025. – Den sidste lørdag i februar 2025

Løbeshop.dk støtter med BUFF, tøj og præmier.

Overnatningstilbud med Langbjerggård Lejrskole, Feriepartner Thy, Hotel Thinggaard og Agger Tange Feriecenter. Se hjemmesiden.

ELSK er præmiesponsor med bæredygtigt tøj.

Thisted Bryghus er præmiesponsor med specialøl.

Bakkedal er præmiesponsor med plakater.

Chokoladekurven er præmiesponsor med hjemmelavede flødebolle.

Nordthy er energisponsor med myslibar og kage.

På vegne af Thy Friluft- & Klatreklub og Thy Race
Simon M. Grimstrup og Flemming Søvnald Nielsen