



PM 2021



Hålltider/ Event Schedule

- 31.7.2021 11.00-18.00** Tävlingskansliet öppet/ The competition-office open
- 12.00** Sista chansen att anmäla sig till 28km/ Last chance to sign up for 28km
- 12.45** Racebriefing 28km in Kastelholm
- 13.00** Start 28km in Kastelholm
- 13.30** Sista chansen att anmäla sig till 12km, 4,5km och Minitrail (1km)
Last chance to sign up for 12km, 4,5km och Minitrail (1km)
- 14.15** Racebriefing (12km, 4,5km och 1km) in Bomarsund
- 14.30-14.40** Start 12km
Start 4,5km
Start Minitrail
- Ca 16.30** Prisutdelning vid målområdet / Prize award ceremony at the finish area

Arrangören förbehåller sig rätten till ändringar/ The organizer reserves the right to make changes

Bomarsund Trailrun - längs historiska vandringsleder!

Tänk dig tillbaka till augusti 1854 då Bomarsundtiden fick ett abrupt slut. Efter att ryska styrkor i drygt två årtionden hade arbetat med att bygga upp Bomarsunds fästningar förstördes allt på några dagar vid ett engelskt- franskt anfall.

Låt loppet ta dig till områden som bl.a. löjtnant Zvendjeff vid Notvikstornet och tornkommendanten Tesche vid Brännklintstornet försökte försvara tillsammans med sina trupper. Spring längs samma stigar som sjukvårdspersonal använde för att ta de skadade till sjukhus, som ombud tog för att förmedla budskap till fästningens kommandant Bodisco och som användes av begravningståg för att föra sina män till den sista vilan.

Bomarsund Trailrun erbjuder fyra olika rutter – 28km, 12 km, 4,5 km eller Minitrail (1 km) !



Bomarsund Trailrun – along trails in a historic setting!

Imagine August 1854 when the Bomarsund period came to an abrupt end. After Russian forces for over two decades had worked to build Bomarsund fortifications everything was destroyed in a few days at a English- French attack.

Let the race take you to areas including those that Lieutenant Zvendjeff at Notvikstornet and towercommandant Tesche at Brännklintstornet tried to defend with their troops. Run along the same paths that medical staff used to take the injured to hospital, as the messengers took to convey messages to the fortress commandant Bodisco and used at funerals to bring their men to his final resting place.

Bomarsund Trailrun offers four different routes – 28km, 12km, 4,5km or Minitrail (1km) !

Startpaket och tidtagning/ Registration package and timing



Startpaketet innehåller **nummerlapp** och **tidtagningschip**. Nummerlappen fästs med säkerhetsnålar (finns med i startpaketet) på bröstet/ magen.

Tidtagning sker med chip som fästs med kardborreband (båda finns i startpaketet) på ena vristen.

Resultattiden beräknas från startskottet tills att deltagaren springer över mållinjen.



Bib numbers in the front of the body



Chip around the ankle

Ifall deltagaren avbryter tävlingen skall chippet återlämnas till tävlingskansliet utan fördröjning. Efter fullföljd tävling tar funktionärerna hand om chippet.

För ej återlämnat/borttappat chip debiteras löparen 90€.



The registration package includes **bib number** and **timing chip**. The bib number is fastened with safety pins (included in the package) in the front of the body.

Timing is done with chip attached around the ankle with Velcro (both included in the start package).

The time is calculated from the start (starting shot) until the participant cross the finish line.

If a participant cancel the race, the chip shall be returned to the race office without delay. After finishing the race to organizers take care of the chip.


For non-returned / lost the chip the participant will be charged 90€.

Startpaket hämtas enligt följande/ Registration packet are picked up as follows:



- **Torsdag/ Thursday 29.7** kl.13-18 from **Team Sportia, Maxinge**
- **Lördag/ Saturday 31.7** from 11.00 från **tävlingskansliet/ from the competition office in Bomarsund**

Banbeskrivning/ Route description

 Bomarsund Trailrun är ett terränglopp längs vandringsleder i historiska Bomarsund där du kan välja att springa 28km, 12km eller 4,5km i varierande terräng. **Minitrail (1km)** går längs lätta stigar och vägar i närheten av start-och målområdet

28km - ruten startar vid Kastelholms slott och går först ca 15km längs den s.k Kyrkleden som är tidvis rätt utmanade trail-löpning längs ställvis tekniskt krävande stigar. Ruten tar deltagarna förbi tävlingscentrum i Bomarsund och vidare in på **12km**- banan vars terräng under de första 7,5km av består mesta dels av små grusvägar och stigar i vackra kulturmarker med två korta bergspassager. Under loppets sista del, samtidigt hela **4,5km** -sträckan, är det mera ojämn terräng, relativt branta sluttningar och även en ca 35m lång trappa.

Längs rutterna får deltagarna ta del av vackra och mäktiga vyer över vattnen som omger Bomarsund. Omgivningen kan inte beskrivas utan måste upplevas.


Banorna är märkta med permanenta blå-röda markeringar på stolpar och träd som visar dig vägen! Tilläggsplåtar och snitslar läggs även ut längs banan.



Competition center and start for 12, 4,5 and 1km
(south of the main fortress in Bomarsund)



Jan Karlsgården/ Kastelholm – start for 28km

 Bomarsund Trailrun is a cross-country race along the trails in the historic Bomarsund, Åland Islands. You can choose to run 28km, 12km or 4,5km in varying terrain. **Minitrail (1km)** goes along easy paths and roads near the start and finish area.

The new **28km** route starts at Kastelholm Castle and the first 15km goes along the so-called Kyrkleden which is occasionally properly challenged trail running along some technically demanding trails. The route takes the participants past the competition center in Bomarsund and further into the **12km** track, where the terrain during the first 7.5km consists mostly of small roads and paths in beautiful cultural landscape with two short mountain passes. During the last part of the race, at the same time the whole **4,5km** distance, its more uneven terrain, relatively steep slopes and even an approx. 35m long staircase.

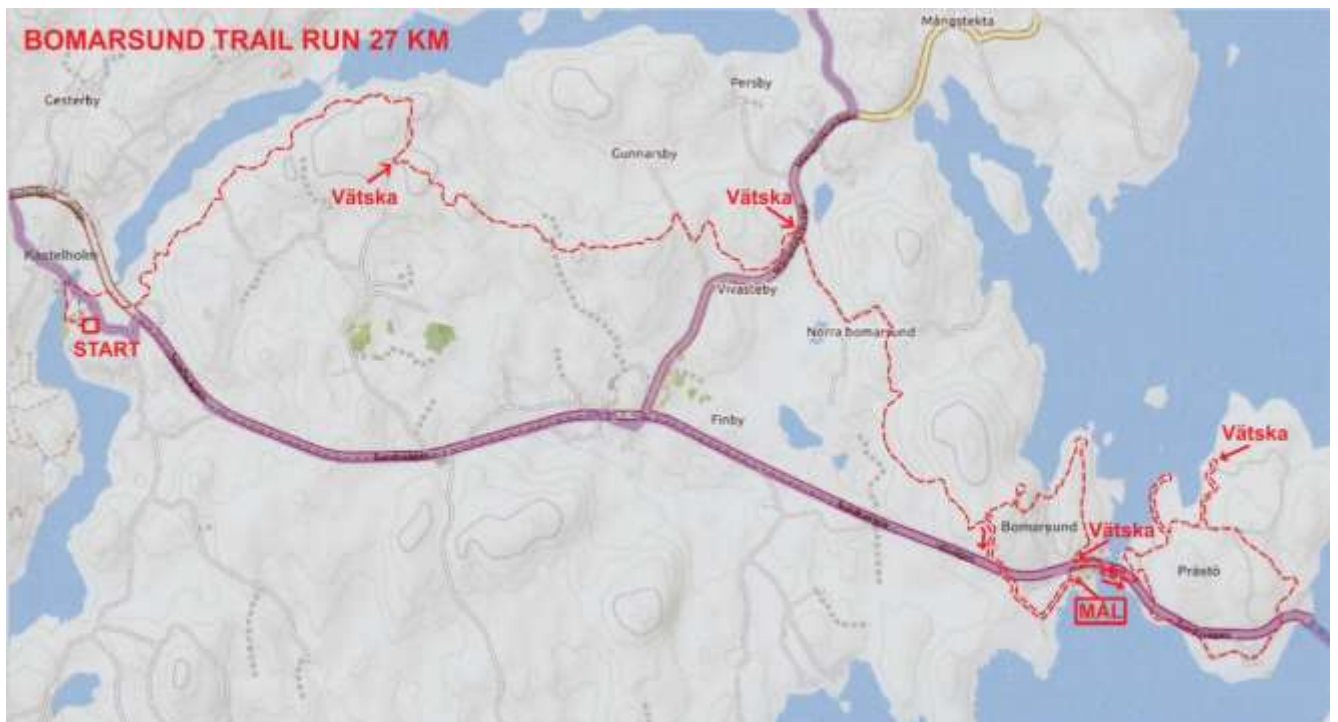
Along the routes, participants take part of the beautiful and mighty views of the waters surrounding the Bomarsund. The environment can not be described but must be experienced.

The trails are marked with permanent blue-red marks on poles and trees that show you the way! Also additional signs and streamers along parts of the track.

Kartor/ Maps



12km (red)- 4,5km (green) – 1km (blue)



28km

Vätskestationer/ Fluid points



Längs **28km**- ruten finns totalt **5 servicestationer**:

- ~6km: vatten (självbetjäning)
- ~11km: vatten (självbetjäning)
- ~17km: vätska (vatten, Powerade, äppeljuice), banan, bulle, saltgurka, godis och chips
- ~21km: vatten (självbetjäning)
- ~24km: vätska (vatten, Powerade, äppeljuice), banan, bulle, saltgurka, godis och chips

Längs **12km** har deltagarna tillgång till vatten vid 4,5km (självbetjäning, samma station som 21 km för 28km ruten) samt vätska (vatten, Powerade, äppeljuice), banan, bulle, saltgurka, godis och chips vid knappt 8km (samma som 24 km för 28km)

Vid målgång finns **vätska** (vatten, Powerade, äppeljuice) **samt bullar, bananer, godis och chips för alla deltagare!**

Egen langning är tillåten längs hela ruten!

The service points in co operation with



Along the **28km**- route there are **5 service points**:

- ~6km: water (self- service)
- ~11km: water ((self- service)
- ~17km: fluid (water, Powerade, juice), banana, buns, pickles, candy and potato chips
- ~21km: water (self- service)
- ~24km: fluid (water, Powerade, juice), banana, buns, pickles, candy and potato chips

Along the **12km** route there is water at 4,5km (self servcie, same station as 21km for the 28km route) and fluid (water, Powerade, juice) banana, buns, pickles, candy and potato chips at approx. 8km (same as 24 km for the 28km route)

At the finish line there is fluid (water, Powerade, appeljuice) and **banana, buns, pickles, candy and potato chips for all participants!**

Own service is allowed along the routes!



**Undvik att skräpa ner vår natur!
Ev. skräp slängs i soppåsar som finns vid vätskestationerna!**

**Please don't litter our nature!
Throw e.g. garbage into garbage bags found at the fluid stations.**

Vi återvinner/ We recycle



Glaset/ muggarna som används vid servicestationerna är komposterbara och separeras därför från övrigt avfall.

Hjälp oss att sortera genom att använda rätt kärl vid servicestationerna - tack!



The glasses/ mugs used at the servicestations are compostable and will therefore be separated from other waste.

Help us sort by using the right vessels at the service stations – thank you!

Priser och prisutdelning/ Prizes and prize award ceremony



Alla deltagare får en kombinerad medalj/- kapsylöppnare vid målgång.
Alla barn får också en liten extragåva från LokalTapiola vid målgång!

Vid prisutdelning som hålls ca kl.16.30 vid målområdet i Bomarsund delas ut pris till följande:

- ✓ 3 snabbaste herrarna och damerna på 28- och 12km.
- ✓ 3 snabbaste pojkarna och flickorna på 12km (≤ 16år, födda 2005 eller senare) och 4,5km (≤ 12år, födda 2009 eller senare)



Medal to all participants!



Water bottle to all kids!



Prize award ceremony in co operation with Merrell and Team Sportia Åland



All participants will get a combined medal- bottle opener at the finish line.
All children also get a little extra gift at the finish line!

At the **prize award ceremony** which will be held at approximately **16.30 pm** at the finish area in Bomarsund prizes will be awarded to the following:

- ✓ 3 fastest men and women at 28- och 12km.
- ✓ 3 fastest boys and girls at 12km (≤ 16år, born 2005 or later) and 4,5km (≤ 12år, born 2009 or later)

Första hjälp/ First Aid



Första hjälp-kunnig personal finns på plats vid tävlingsområdet. **Vid allvarlig olycka, kontakta 112!**



First aid- trained personnel present at the race office. **In case of a serious accident, call 112!**

Avbryta loppet/ Canceling



Om du av någon anledning måste avbryta loppet ska du meddela detta till närmsta funktionär alternativt kontakta arrangören per telefon (+358405223823).



If you for some reason have to cancel the race, you should notify the nearest volunteer or contact the organizer by phone (+358405223823).

Toaletter och omklädningsrum/ Toilets and changing rooms



I närheten av tävlingsområdet finns två utedass samt omklädningsrum. Badstrand finns i direkt anslutning till start- och målfältet.



Close to the competition area there are two outhouses and changing rooms. Beach right next to the start- and finish area.

Klädförvaring/ Clothes storage



Väskor kan lämnas vid tävlingskansliet under loppet.



Bags can be left in the race office during the race.

Hittegods/ Lost property



Lämnas till tävlingsarrangörerna, som förvarar dem under pågående säsong (t.o.m. 31.10.2021) om de inte har hämtats under tävlingshelgen. Efter säsongen inlämnas kvarlämnade saker till välgörenhetsorganisation.



Handed to the organizers who keep them during the current season (until 31.10.2021) if they haven't been collected during the competition weekend. After the season, leftovers are submitted to charity organizations.

Resultat/ Results



www.bomarsundtrailrun.ax/resultat

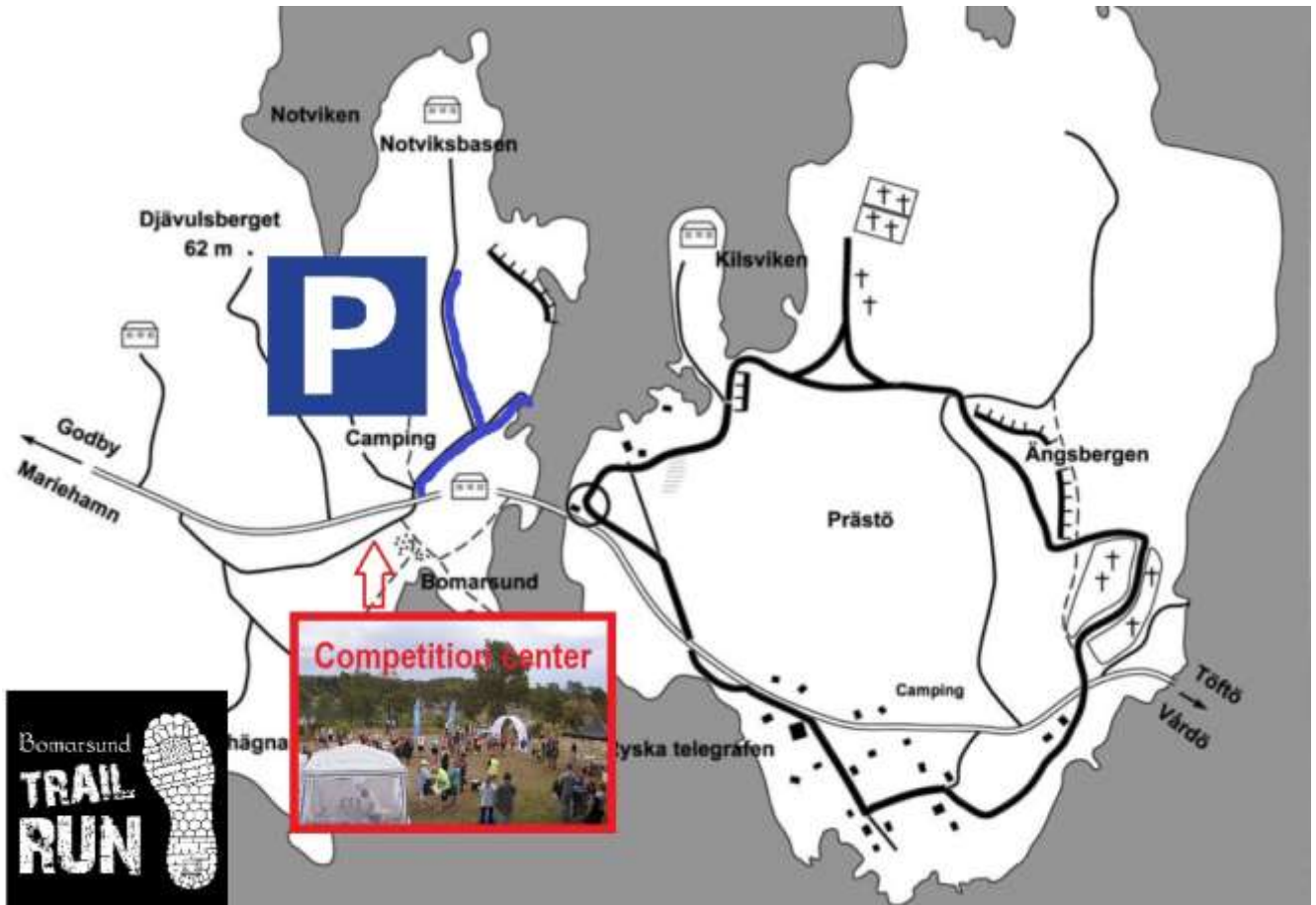
Parkering/ Parking



Rekommenderas att parkering sker längs den sk Gamla Postvägen norr om Sundsvägen samt längs vägen upp mot Notvikstornet



Parking recommended along the so-called Gamla Postvägen on the north side of Sundsvägen and along the road up to the Notviks-tower




Regler/ Rules



Bomarsund Trail Run är ett motionslopp och därmed finns inga tävlingsregler utan deltagande sker med sunt bondförnuft. Kom gärna ihåg att trailrunning handlar inte så mycket om att jaga tider eller mäta kilometer utan mera hitta känslan av att det skall vara roligt att springa. Det finns dock de som gärna springer loppet så fort som möjligt så ge gärna väg åt dem, speciellt vid start kan det vara lite trångt.

Arrangörerna har rätt att fotografera och filma deltagarna under tävlingsdagen för att använda materialet i kommande marknadsföring av evenemanget.

Medverkan i Bomarsund Trailrun sker på egen risk. Tävlingsarrangören har inget ansvar för eventuella olyckor som sker under tävlingens gång. **Deltagarna rekommenderas att ha en egen olycksfallsförsäkring.**


 Bomarsund Trail Run is a running event with only open classes and thus are no competition, participation with common sense.

Please bear in mind that trail running isn't so much about hunting times or counting kilometers, but more finding the feeling that it should be fun to run. However, there are those who love to run the race as fast as possible so please let them pass you, especially at the start where it can be a little crowded.

The participants gives the race organisation the right to use pictures and film material taken during the race to be used free of rights in the future marketing of the event.

Participation in Bomarsund Trailrun at your own risk. The Organizers isn't responsible for any accidents that occur during the event. **Participants are recommended to have their own accident insurance.**


Massage?

 På tävlingsområdet finns en erfaren idrottsmassör, som kan hjälpa till med att ruska igång musklerna innan tävlingen eller ge en kort återhämtande massage.

Det finns möjlighet att boka in på förhand på e-post: tomas.hellen@gmail.com, annars funkar drop-in.

10 minuters behandling kostar 15€, betalning kontant eller med kort



 Experienced massage therapist is at the competition area on Saturday. You can get a quick muscle shake before the race or have a short recovery massage afterwards.

Possible to book in advance (tomas.hellen@gmail.com) or just drop by.
10 minutes for 15€, cash or card.



tackar sina samarbetspartners 2021



VIKING LINE

ECKERÖ € LINJEN



ÅLAND