

WALKING DEAD 24h ULTRA

Välkommen till årets WDU24h!

Walking Dead Ultra hälsar er varmt välkomna till den andra upplagan av WDU24H.

Det är otroligt kul att se en så massiv uppslutning i år, vi har till och med en kölista fylld av folk som bara längtar efter att få springa runt i cirklar. Apropos kölistan: om du mot förmodan inser att du hellre vill sova i en mjuk säng och av någon anledning inte kan komma, var en vardagshjälte och meddela oss. Då går platsen nämligen oavkortat vidare till nästa lyckliga själ i kön.

Tider och scheman

24h loppet startar lördag 1 augusti 00:00 och håller på till söndag 2 augusti 00:00, det vill säga hela loppet sker under lördagens alla timmar. Vi håller ett kort **informationsmöte fredag den 31 juli kl 23:30**, en halvtimme innan start och det är obligatoriskt att närvara så var på plats senast denna tid.

6h loppet startar gemensamt med 24h och avslutas sedan 06:00 på morgonen. Ni som startar måste vara med på samma informationsmöte som 24h.

12h loppet startar lördag 1 augusti 12:00 och håller på till söndag 2 augusti 00:00, dvs gemensam målgång med 24h. Vi håller ett kort **informationsmöte lördagen den 1 augusti kl 11:30**, en halvtimme innan start och det är obligatoriskt att närvara så var på plats senast denna tid.

Tidsschema

- Fredag 31 juli 21:00, vi är på plats och nummerlappar kan hämtas ut
- Fredag 31 juli 23:30, obligatorisk genomgång för 24h och 6h
- Lördag 1 augusti 00:00, start för 24h och 6h
- Lördag 1 augusti 06:00, målgång för 6h
- Lördag 1 augusti 11:30, obligatorisk genomgång för 12h
- Lördag 1 augusti 12:00, start för 12h
- Lördag 2 augusti 00:00, målgång för 24h och 12h

Hitta hit

Tävlingen äger rum strax norr om Stockholm. För att hitta rätt knappar du bara in **“Järfällas Orienteringsklubb”** på GPS:en så hamnar du helt rätt.

- **För dig med bil:** Gratis parkering finns vid platsen som kallas "Parkering södra Översjön". Därifrån promenerar du förbi en vägbom, och därefter dyker klubbhuset upp på din högra sida.
- **För dig som åker kollektivt:** Ta pendeltåget till Jakobsbergs eller Kallhälls station. Hoppa därefter på buss 542 och kliv av vid hållplatsen "Berghem". Gå sedan norrut tills du hittar en vägtunnel under E18. Traska rakt igenom tunneln, följ vägen fram till parkeringsplatsen, promenera förbi vägbommen och voilà – så ligger klubbstugan där på höger sida.

Regler & resultat

Med start kl 00:00 har du ett dygn, 24 timmar, för er att ta er så långt ni kan. Eller 6h resp 12h om du tävlar i dom distanserna.

Värkningarna mäts med chip som du har på fotleden, efter avslutat lopp kontrollerar vi er position på banan och lägger till dom meter du tagit er på ditt sista oavslutade varv.

Under loppet kommer man kunna följa er live på live.spolp.se och där kan ni redan nu se vilka dom andra deltagarna är.

Resultatet kommer att presenteras på DUV och vi har ett litet pris för den som tar sig längst av alla och ev. även ett litet pris för den som gjort flest steg, inofficiellt rekord för steg under ett och samma dygn från 1 miljon steg utmaningen är 183543.

Depå

I depån finns en gräsmatta där man kan förvara egna förnödenheter och utrustning och en veranda att sitta på. Inomhus finns det bord men eftersom man måste ta av sig skorna där föreslår vi att du har din depå utomhus om det inte regnar. Vill du ha bord och stol utomhus går det bra att ta med eget, även mindre depå tält går bra.

Faciliteter

Toalett, dusch och bastu finns i varvningsområdet. Vi kommer tillhandahålla kallt och varmt (kokande) vatten som man kan använda till varm saft eller kaffe/te och nattetid kommer vi bjuda på buljong, kom ihåg att ta med egen mugg. Ev att vi bjuder på något att äta men ta med egen energi som du vill ha under loppet.

Efter loppet finns det möjlighet att duscha och sova en stund inne i klubbhuset innan du sätter dig och kör hem, ta med liggunderlag eller liknande.

Obligatorisk utrustning

- Egen mugg
- Pannlampa
- Kläder efter väder
- Klocka och mobil
- Egen dryck, mat, energi
- Gärna filt eller varm jacka att kunna svepa in dig i vid depå lådan

Banan

Banan är lättlöpt och loppet springer du på eget ansvar, så spring säkert och förnuftigt och hjälp varandra om så krävs.

Banan är 2387 m per varv (enligt egen banmätning) och har ca 21 höjdmeter. Underlaget är ca 80% grusväg och 20% skogsstig.

På [WDU24h hemsidan](#) kan ni se och ladda ner kartan som en GPX fil.

Avståndsangivelser utgår från startpunkt

- Start vid Järfälla Orienteringsklubb.
- 70 m sväng höger ut på grusvägen
- 250 m passeras en färist, kan vara hal
- 650 m sväng höger i T-korsningen
- 1360 m ännu en färist
- 1460 m fortsatt rakt fram (högra vägen)
- 1570 m sväng av grusvägen in på ridstigen
- 1700 m en bom som måste öppnas, därefter rakt fram
- 1950 m sväng vänster
- 1990 m liten träbro som kan bli hal om det är vått
- 2115 m bro/färst sedan direkt vänster längs staketet
- 2235 m höger på löparbanan
- 2340 m stigen mot huset och "slutrakan"
- 2387 m ett varv fullbordat.

Skitenkelt, ut på nästa varv igen och igen 😊

Bilder



Här startar ni och sväng sedan ut höger på grusvägen efter 70 meter.



Först efter 250 meter, tänk på den i mörkret och kan bli hal om det regnar eller blir dagg.



T-korsning som ni ska svänga höger i efter 650 meter.



En till färist efter 1360 meter.



Här efter 1460 meter fortsätter ni rakt fram (högra vägen).



1570 meter in på banan svänger ni av grusvägen och in på ridstigen.



Efter 1705 meter svänger ni höger genom grinden och fortsätter rakt fram. En gran skymmer stigen men ni ser den redan efter ett par steg,



Fortsätt genom skogen på den breda stigen tills ni kommer ut vid en äng efter 1950 meter, ta vänster.



Träbro 1990 meter in på banan som kan bli hal vid regn/dagg.



Vid 2115 meter passerar ni över en bro/färist och direkt efter tar ni stigen till vänster längs med staketet och sen upp i skogen. Det är alltså nästan 180° sväng när ni kliver av bron.



Efter backen genom skogen kommer ni fram till ett löparspår, håll höger och följ spåret.



Här ser ni Orienteringsklubben igen så spring rakt fram och ni är tillbaka vid starten igen.

Slutord

Fuska inte och bete er sportsligt ;)