

Kære løber til Cold Hawaii Ultra 2024,

Så er det snart, at dette års version af den absolut smukkeste trailløbefest i Thy løber af stablen! Ruten står knivskarpt, hjælperne endnu skarpere, og vi glæder os vildt meget til at byde jer velkommen til det nordvestjyske naturmekka!



Vi har samlet de fleste praktiske informationer på hjemmesiden. Dette deltagerbrev supplerer disse oplysninger. Vi håber, dette giver svar på alle jeres spørgsmål og hvis ikke, så send en mail til gregersen@thyultra.dk eller spørg på vores Facebookside.

GPS-tracking

Som noget helt nyt i år har vi GPS-tracking på alle 100-miles løbere, så venner og familie kan følge med hjemmefra! Følg live-trackingen ved at downloade appen "Time2Time Racemap" (via app store eller <https://racemap.com/app/time2time>) eller linket https://racemap.com/player/cold-hawaii-ultra-2024_2024-09-20.

GPS-tracker udleveres til løberne i startområdet.

Bustransport

Busser afgår fra Agger præcist på det angivne tidspunkt (jf. tidsplan på hjemmesiden) ved Vesterhavshytten og Signalmasten Agger, så kom i god tid og tjek din afgang. Bussen er gul og fra Snedsted Turistbusser - den er ikke til at overse 😊! Busserne vil holde ved starten på de forskellige distancer indtil 10 min før start, så man ikke står og bliver kold, inden starten går. Startnummer og tidtagingschip til anklen udleveres ved påstigning af bussen. De løbere, der ikke er tilmeldt bustransport, vil få udleveret deres startnummer og chip ved startområdet af løbsledelsen. Er du tilmeldt bustransport, men dine planer ændrer sig i sidste øjeblik, så frygt ej: ikke-afhentede startnumre og chips kommer med bussen til startområdet. Vi opfordrer til samkørsel, og man må meget gerne koordinere dette via vores Facebookside.

Kom i god tid, så du kan parkere lovligt i Agger. Vi vil gerne anmode om at man **ikke** benytter sig af parkeringspladserne ved Vesterhavshytten og Signalmasten - der er trængt, og der skal også være plads til de lokale og turister. Benyt i stedet f.eks. området ved De Sorte Huse i Agger (<https://goo.gl/maps/SnnaZHqpsZxUwydx6>).

Depot

Der er vand, energidrik og cola i depoterne. Derudover er der små indpakkede muslibarer fra Nordthy, vingummi, chips og bananer. Se depotoversigten på hjemmesiden og hav en strategi klar, så du ikke løber tør for energi og væske undervejs. Husk, at der **ikke** er engangskopper i depoterne – medbring din egen flaske/væskeblære/kop.

Droptag

For løberne på 50 miles og 100 miles er der mulighed for at få bragt sin egen energi, rene sokker eller evt. ekstra sko i en droptag til depotet i Klitmøller efter 42 km og til depotet i Bulbjerg for 100 miles. Droptag indleveres ved starten og må max fylde ca. 30 L. Droptags skal være forsynet med **meget** tydeligt startnummer og navn. Du finder dit endelige startnummer ved at tjekke startlisten via Raceresult fra torsdag aften, da dit startnummer indtil da muligvis vil ændre sig.

Ved depotet er du som deltager selv ansvarlig for at flytte din droptag fra de ubrugte droptags til de brugte droptags og smide evt. skrald i skraldespanden. Spørg depotpersonalet. Vi forsøger at få de brugte droptags til Agger hurtigst muligt, men kan ikke garantere, at de når frem før ca. kl. 16.00.

Ruten

Alle distancer følger den samme rute mod Agger, men kortere distancer starter blot længere fremme. Vi anbefaler løbere på alle distancer at man, om muligt, har downloadet GPX-fil fra hjemmesiden og indlæst denne på sit løbeur, hvis uheldet skulle være ude, at nogen eller noget har fjernet en markering. Vi understreger dog, at det ellers er tilstrækkeligt at følge de små orange flag, som ruten er mærket op med— vi har fortrop og rutetjek på dagen, så vi forsøger alt hvad vi kan, for at ruten er lige til at følge. Pga. den megen vand i terrænet, har vi år lavet nogle små rutejusteringer - tjek vores Facebookside for flere detaljer.

Til Cold Hawaii Ultra løber vi gennem store landskabs- og naturværdier. Vi kan kun blive ved med at få lov til at arrangere de løb, vi gør, fordi vi er gode venner med de lokale interessenter og gør en dyd ud af at efterlade sporet og naturen i en stand, der er mindst ligeså god, som da vi startede (eller bedre!) Vi appellerer derfor stærkt **alle** til, at det eneste, der efterlades i naturen, er fodspor. Affald bør kun efterlades i offentlige skraldespande eller ved depoterne, og ruten **skal** følges, som angivet – ellers risikerer du ikke blot dit løb, men alle løb, der arrangeres i området. Kommer du forbi folk på din vej, så giv et smil og et hej. Det er god traill karma!

Brug af GPS vil være strengt nødvendigt for løbere på 100 miles, da de første 80 km af ruten (Løkken til Bulbjerg) ikke er markeret. Dette kan være en dedikeret GPS-enhed eller et GPS-løbeur. Vi vurderer, at man kan klare sig uden baggrundskort, omend vi anbefaler at man har en enhed med (offline!) baggrundskort som backup, eksempelvis mobiltelefon. Vi kan anbefale appen [Topo GPS](#) der fås til både Android og iOS med mulighed for at importere en GPX-fil og offline topografiske kort over hele Danmark for kr. 29,-. GPX-fil med ruteforløbet kan findes under siden Rutebeskrivelse på hjemmesiden. Det er deltagerens eget ansvar at medbringe en GPS-enhed med indlæst GPX-fil.

Mål

Mål er ved Vesterhavshytten og Signalmasten Agger, hvor vi byder på et måltid og en sodavand eller øl. Det er også muligt at få en plantebaseret burger. Der er desværre ikke mulighed for bad ved mål.

Præmier

Der er præmier til de tre hurtigste kvinder og herrer på alle distancer fra bla. Scott, ELSK, Thisted Bryghus, Julsø Ultra og Trailtours.dk.

Finisherpræmie

Til alle, der gennemfører, vil der være en helt unik Cold Hawaii Ultra finisherpræmie, som udleveres i mål. Og nej, det er i år hverken en sten eller en flaske med sand!

T-shirt fra ELSK: Vi sælger igen i år en ELSK Cold Hawaii Ultra T-shirt af den helt særlige ELSK standard i økologisk bomuld og en god bæredygtig kvalitet.

Du kan købe T-shirten i målområdet ved Vesterhavshytten til den nette sum af kr. 300,-. Overskud fra salget går til Den Danske Naturfond. T-shirten er uni-sex og fås i størrelserne XS til XL. Det er ikke muligt at forudbestille.



Udgående løbere

- Ved nødstilfælde ring 112.
- Alle har pligt til at hjælpe nødstedte løbere.
- Løbsledelsen kontaktes på 22281976 eller 21405661
- Tidtagingschip (og evt. GPS-tracker) afleveres i mål eller nærmeste depot.

Udgår du fra løbet, så kan du ikke forvente at blive hentet. Hvis muligt prøver vi at samle dig op og hjælpe dig videre - men medbring penge til taxa og offentlig transport. - Men HEY undgå uheld og pas på dig selv helt til mål!

På Cold Hawaii Ultra Teamets vegne
2x Simon hhv. Gregersen og Grimstrup



 **SCOTT TRAILTOURS**