



Information simning Ironman:

Starten går vid Tullhamnen, kl **06:55** startar herr-proffsen och kl 07:00 går starten för resterande. Starten är en rullande start vilket innebär att alla deltagarna har ställt sig i ordning på land efter den simtid som de tror att de kan simma på. Deras respektive tid startar sedan när de går ner i vattnet och börjar simma. Alla ska ha börjat simma inom 20 minuter. De sista startar alltså 07:20. I och med att tiden startar, med hjälp av chipet, har vi också kontroll över hur många som finns i vattnet.

Banan är ett varv på 3860 m och landstigning sker vid växlingsområdet i Fredriksskanskanalen. Banan är markerad med gula och orangea bojar. Alla gula bojar ska simmas förbi höger om bojen och alla orangea bojar ska passeras på vänster sida om bojen.

Vi har 12 st kanoter med två livräddare i varje kanot, dessa är placerade främst på lite lugnare vatten. Det finns 18 st privata båtar/vattenskotrar med 2-3 livräddare i varje båt/skoter utspridda längs banan. Vi har även sjöräddningssällskapet, kustbevakningen, sjöfartsverket, räddningstjänsten och "Livstjänst" till vår hjälp. Vi har 14 st spejare på land utplacerade längs med kajen vid tullhamnen, tjärhovet, vågbrytaren, laboratorieholmen och kattrumpan som även är livräddare.

Tider:

De tävlande har 2h och 20min på sig att simma färdigt simbanan. I och med att det är 20 minuters "fördröjning" i starten så har alla simmarna 2h och 40min på sig. De måste alltså ha simmat klart kl 09:40.

Överdragskläder:

De tävlande har fått en vit påse som de kan lägga sina överdragskläder i. De lämnar dessa i de gröna tunnorna som står vid muren i startområdet.

Brytarbil:

Vid Barkassbryggan (där Dessi avgår) finns en ambulans+brytarbil. De tävlande som bryter loppet körs dit av sjöräddningen och transporteras sedan i bil till Athlete garden där de får hjälp och sina tillhörigheter. Skulle någon vända i hamnen och komma tillbaka upp för rampen så följ dem dit så de får skjuts dit de ska.

Lite övriga punkter:

- Det finns ingen cut off tidigare än målet för simningen. Det "dras alltså inget snöre" innan de gått i mål för simningen som de har till kl 09:40 på sig
- De får vila under loppet genom att hänga på båt, stå på botten, hänga på livboj men de får inte förflytta sig med hjälp av detta
- Se till att ha ett par extra badmössor i fickan så du kan ge till tävlande innan start om de skulle ha glömt eller om den går sönder. De måste ha badmössan på sig av säkerhetsskäl
- Vi har en vattenstation där de kan blöta sina glasögon när de närmar sig startrampen
- Det finns toaletter och en vattentank på gräset mellan vid startfällorna

Vi gör allt för god service och glatt bemötande för de tävlande. Tack för att ni hjälper till!

Bifogade kartor på nästa sida



IRONMAN Kalmar Swim Course 3 860 m

