



Ett stort tack till våra samarbetspartners som är med och skapar denna löpfest.



NORDIC
WELLNESS

RAMIRENT

PM för SHE Silverlöpets 2026-05-09

Varmt välkomna till "nya" SHE Silverlöpets som gör en omstart efter 25 års uppehåll. Här följer viktig information inför startskottet på lördag.

Parkering

Parkering sker på kommunens tillgängliga parkeringar. Vid Vallaskolan, sydost om tävlingscentrum, finns gott om platser.

Start- och målområde

Start och mål är placerade i Stadsparken, bredvid den stora lekparken.

Toaletter

Det finns ett antal toaletter samt pissoarer i anslutning till start- och målområdet.

Nummerlappar

Nummerlappar hämtas från klockan 08.30 i tävlingsområdet. Nummerlappen ska fästas väl synlig på bröstet.

Väskinlämning

Väskinlämning finns i anslutning till start och mål. Observera att duschmöjligheter saknas.

Uppvärmning

Uppvärmning leds av Nordic Wellness före start. Tider: Barnloppet kl. 9.15. 5 km kl. 9.45. 10 km kl. 10.05.

Starttider

Barnstart klockan 09.30. Barnen springer 1 eller 2 km, vilket motsvarar ett eller två varv.

Start 5 km klockan 10.00.

Start 10 km klockan 10.20.

Banmärkning

Banan är markerad med rödvita snitselband och röda pilar. Funktionärer i gula västar finns utplacerade längs banan. Vid Sala Silvergruva används snitselband med SHE-logotyp.

Vätskekontroller

På 10 km-banan finns vätskekontroll efter ca 6 km. På 5 km-banan efter ca 2 km. Där serveras saft. Vid målgång erbjuds saft, frukt och bullar.

Priser

Priser delas ut till de tre främsta damerna och herrarna på 10 km. På 5 km och 10 km lottas även ett antal priser ut.

Medaljer

Alla som går i mål får medalj.

Nedskräpning

Nedskräpning, till exempel genom att kasta gelpapper eller liknande, kan leda till diskvalifikation.

Banan

Barnloppet går på bilfria banor runt lilla Ekebydammen. 5 km- och 10 km-loppen går på cykelbanor, trottoarer, gågator samt runt Stora torget i Sala. Var uppmärksam på gång- och cykeltrafikanter då ni kommer att möta och springa om andra personer längs banan.

Hundar

Hundar får inte medtas under loppet, men får vistas i tävlingsområdet.

Med förhoppning om en härlig tävling och en riktig folkfest för både publik och deltagare hälsar vi alla varmt välkomna till den första upplagan av det nystartade SHE Silverlöpets.

Med energi i varje steg,
IFK Sala & Sala-Heby Energi

