

PM 2022

Tävlingsinformation

Fantastiskt roligt att så många visat intresse för det här öppna eventet. Ett besök på www.haron.se är en upplevelse i sig och adderat havssimmet får man sig en unik upplevelse få förunnat. Roligt att vi blir många, men ha det i åtanke när ni planerar er dag. Parkering i Kyrkesund och färjetransport över till Härön kan ta lite tid om ni inte planerat för det. Även om färjeresan bara är 100 m 😊.



Anmälan

Det här är ett öppet event och anmälan behövs egentligen inte men det uppskattas av oss arrangörer om ni bockar i att ni KOMMER via facebook eventets sida Härön Simmet 27 juli 2022. Det underlättar för vår planering framför allt för de två energi- o vattendepåerna längst vägen. Har ni inte aviserat att ni kommer senast 2 veckor före simmet kan ni inte räkna med att ni får bananer, nötter, vatten etc.

För er som vill kan ni på tävlingsdagen Swisha 100 kr som bidrag till oss som arrangerar så täcker det delar av de omkostnader vi har. Vi som gör det här gör det ideellt och simmar dessutom 😊! Swisch 072-2199256.

Registrering

Alla som simmar gör det här på eget ansvar och egen risk. Vi som arrangerar ansvarar inte för er egen säkerhet. Men för att skapa oss en överblick av alla startande och alla som går i mål önskar vi att ni fyller i en startlista/log vid startområdet med ert namn och att ni bockar av er själva efter målgång eller om ni brutit längst vägen. Ni som simmat fyller själv i er tid också 😊 så sammanställer vi det i en "resultatlista" sedan. Den tid ni registrerar ska inkludera era pauser/depåstopp också.

Hålltider – simdagen

- 06:30 – Första färjan till Härön. Går sedan varje timma (o tätare senare på dagen).
Tidtabell www.vasttrafik.se Hållplats: Kyrkesund färjeläge – Härön.
- 08:30 Omklädningsyta tillgänglig på altan utomhus vid Lilla Röda huset på sydsidan av Restaurang Magasinet. En allmän toa finns vid posthuset/brandstationen.
- 09:40 "Racemöte" på gatan framför Restaurang Magasinet
- 10:00 Start Härön Simmet 11 km och 3,5 km i sundet framför Restaurang Magasinet där start och målgång sker för 11 km och start för 3,5 km.
- ca 11:00 första målgång 3,5 km Badplatsen Härön
- ca 12:45 första målgång 11 km Restaurang Magasinet
- ca 12 – 16:00 Afterracetiltugg på Magasinet för de som förbeställt det senast 3 dagar före eventet. Annars i mån av plats. Se längre fram under Mat för utbudet.
- 11:30 – Bastumöjlighet i anslutning till omklädningsytan "hemma hos 😊"
- ca 15:00 sista person i mål på 11 km (maxtid 5 h)

Sista färjan går sent på kvällen. Se vasttrafik.se Passa gärna på att uppleva ön till fots också 😊

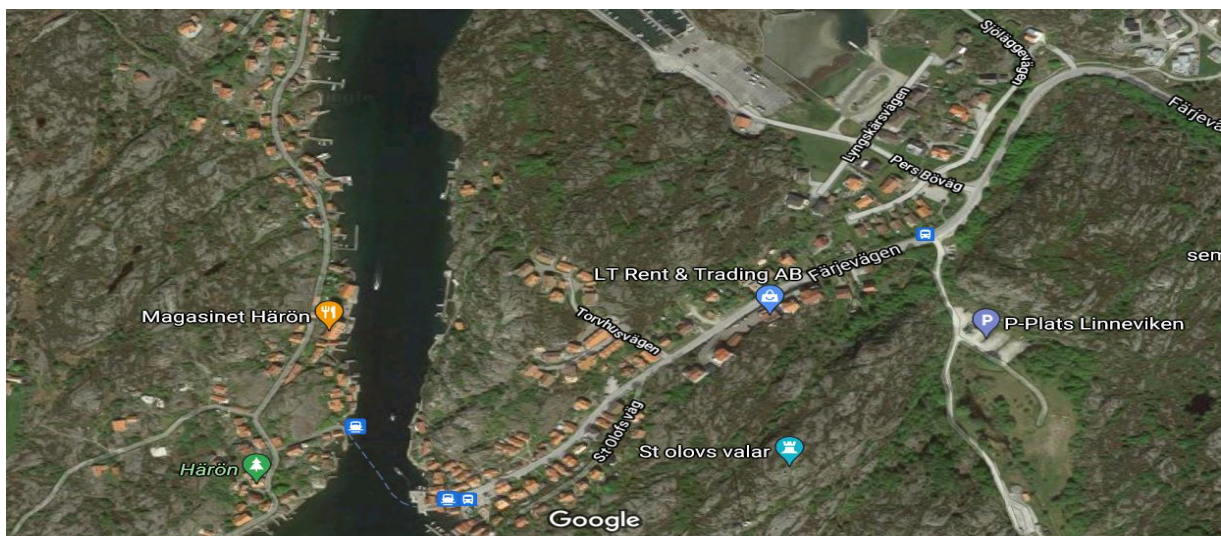
Vägbeskrivning och Parkering

För er som tar bil:

Ta er till Kyrkesund på västra sidan av Tjörn. Väl i samhället ligger den stora allmänna parkeringen Linneviken badplats till vänster i början på samhället. OBS ingen idé att köra ned i samhället eller till färjan då det inte finns någon parkering där. OBS är det fullt på parkeringen får ni söka er utåt från samhället för att ställa er bil.

Från parkeringen vid Linneviken går ni en 5-10 min promenad längst huvudgatan ned till färjan.

Färjan går från tidig morgon till sen kväll. Planera er överfart på www.vasttrafik.se. Första färjan går 6:30. Välj hållplats Kyrkesunds färjeläge till Härön.



Ombyte

Ombyte/ omklädning sker utomhus på altanen hos en av oss arrangörer vid huset söder om Restaurang Magasinet. Där kan även väskor mm förvaras dock ansvarar vi inte för värdesaker (ligger dock på en privat altan).

Toalett

Det finns en allmän toalett på Kyrkesundsidan vid färjan samt en allmän toalett på Härön vid brandstation/posthuset ca 200 m från startområdet.

Utmed banan finns inga toaletter utan bara hav o granit 😊.

Racemöte

Obligatorisk närvaro på racemötet som hålls enligt den angivna tiden vid startområdet framför Magasinet kl 9:40. Loppet går igenom, säkerhet diskuteras etc

Loppet

Samtliga startande ska ha en egen sim flyt boj. Ingen boj = ingen start gäller även om ni startar på egen risk. Vi har även krav på att samtliga ska ha lång våtdräkt på långa loppet av säkerhetsskäl (för att klara kyla och brännisar). Utöver detta så ser vi gärna att ni simmar i grupp eller par om möjligt för att ha lite koll på varandra framför allt om ni känner er lite osäkra inför det äventyr ni ska ge er ut på.

I övrigt är det mesta tillåtet för att simmandes få uppleva de två banorna. D.v.s känner ni att ni behöver använda dolme, paddlar eller simfenor så är det helt ok. Ni tar således er an den här utmaningen och upplevelsen precis som ni vill!

Start och mål

Starten kommer att ske samlat i vattnet framför Restaurang Magasinet i sundet. Vi hoppar med fördel i efter racegenomgången. Båda loppet startar samtidigt. OBS första delen av loppet är den trängsta passagen i sundet och så här års är det mycket båtar (Fritidsbåtarnas E4) så håll tight till högra sidan längst bryggorna. Simma inte ute i sundet! **SIMMA INTE UTE I SUNDET!!!**

Målgången är "obemannad" och sker på samma plats som start för 11 km och vid badplatsens badstege (vid trampolinen) för 3,5 km. Ni som kör korta ta en promenad bort till badet innan så ser ni var målgången är.

För 11 km uppmanas ni till att hålla er längst med bryggorna rejält till höger när ni rundat ön och kommer tillbaka till sundet. Håll god uppsikt efter båtar framför allt i sundet även om ni är trötta på slutet! Det är inte säkert att de ser er.

Banbeskrivning

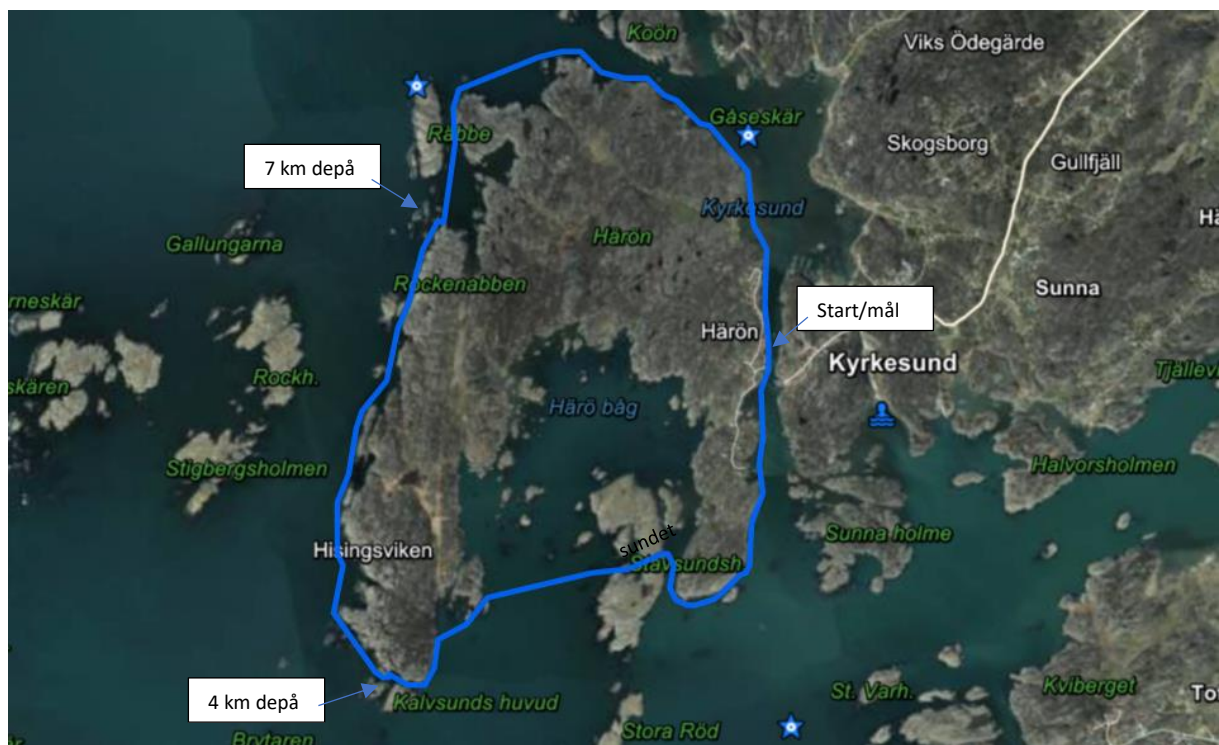
Banan kommer att vara sparsamt uppmärkt med "gula sopsäckar" med funktionärer i och det kommer att finnas en och annan följebåt som guidar. Öven ett antal bojar är ilagda framför allt på en svår passage i början samt på 3,5 km banan. Räkna dock med att det är glest mellan dessa. Krasst är det lite svårnavigerat särskilt efter ca 1,5 km båda banorna. Se det som en del av äventyret 😊. Två år sedan var det flera som förlängde simupplevelsen med någon km runt ön 😊. Men vill man inte det så foka på er navigering och ta siktpunkter längst vägen. Studera kartan i förväg! Havet och naturen är mäktig och stor och som simmare är man liten i detta och ett med elementen. Särskilt om det är blåsigt och vågigt. På västsidan där det kan vara som skvalpigast är det lättnavigerat dock.

Loppet går medsols För långa banan se även filmen på Youtube HÄRÖNSIMMET inspelad för några år sedan. Vi simmar medsols. Båda banorna går genom det trånga och grunda sundet mellan några öar ca 1,5 km efter start och därefter delas de av.

Karta över loppet.

11 km

<https://kartor.eniro.se/m/Fy2Rv> (not. Linjen på kartan är 10 km men på något konstigt vis är det alltid ca 11 km när vi simmar runt 😊). Inte lätt att simma rakt i öppet hav!)



3,5 km (ps Är 3,5 km för lång går det att köra enbart runt udden den streckade linjen och då blir banan ca 2,5 km)

<https://kartor.eniro.se/m/60lkv>

Start



Funktionärer/ säkerhet

Det kommer att finnas några funktionärer och några båtar längst vägen men som sagt – **du ansvarar själv för din säkerhet**. Efter som det inte är en ren tävling så hjälps vi självklart åt efter banan. Det finns 2 st energidepåer på långa banan. En efter ca 4 km och en efter ca 7 km. Behöver du bryta och ta dig i land finns det stigar inne på land men det kan vara lite jobb att ta sig fram till dem barfota 😊. Från 7 km depån går det markerad stig/vandringsled hela vägen till östsidan.

Sjukvård - Finns inte alls! Men en hjärtstartare finns vid Posthuset/brandstationen på Härön ca 200 m från start.

Obligatorisk Utrustning

- Hel våtdräkt (långa loppet)
- Flyt boj

Tillåten utrustning

Vad som ni behagar dvs allt som hjälper dig runt dvs fenor, paddlar och dolme mm. (för vissa med hedern i behåll 😊)

Tidtagning

Sköter du själv och fyller i i registret efter målgång. Obs tiden som du reggar ska vara inklusive ev stopp längs med banan dvs totaltid från start till mål.

Vätska, Energi

Långa banan vid 4 km och 7 km, inget på korta banan. Vatten, bananer o nötter.

Skräp

Vi värnar om vår fantastiska natur. Det är därför inte tillåtet att slänga skräp.

Publikplats

För era medföljande vänner/ familj finns det ett antal platser som där man har en bra överblick över loppet. Förslagsvis i sundet på Härösidan vid start och målgång och vid Jungfruviken på Västsidan Härön strax norr om Änga vid depåstopp 2 för att kika på 11 km. Fin vandringsled dit för de som tittar på loppet cirka 6 -7 km t o r. Bästa stället för att kika på 3,5 km är sydspetsen udden Stavsundsholmen (dit går det en vandringsstig). Då hinner man se både starten, mitten på loppet samt målgången vid badplatsen för 3.5 km.

Reptider

Finns egentligen inga men känner du att kraften sinar vid depå 2 på 11 km och inte tror att du tar dig i mål under 5 h så bryt hellre där och promenera tillbaka.

Avbryta tävlingen

Om ni av någon anledning behöver bryta tävlingen se till att ni rapporterar in det i registret vid start/målområdet.

Efter loppet

Eftersnack

Då detta inte är en officiell tävling blir det ingen prisutdelning men dock en massa eftersnack och glada tillrop för dem som kommer in i mål allt eftersom.

Bastu

Bastun är på efter målgång hemma hos mig i det lilla röda huset brevid Magasinet där ombytet sker.

Mat och brygghäng

När ni har tagit en välförtjänt dusch och bastu efter loppet kommer ni som förbeställt lunch kunna inta den på verandan på Restaurang Magasinet. Kanske njuta av ett glas vin och en bira med och dela med er av eran upplevelse i minglet. Endast drop in i mån av plats men pröva om ni missat att förbeställa. Ni som vill ha lunch bör förbeställa det på Restaurang Magasinet senast 3 dagar innan loppet för att de ska kunna rigga maten. Kom ihåg att det är en Ö ni är på 😊.

Räkmacka + öl/glas vin : 300:-, Abanico-macka (Kött från Iberico-gris, rostad majskräm och salsa verde) + öl/glas vin : 240:-, Vegetarisk taco (friterad bananblomma, mojo rojo och strimlade grönsaker) + öl/glas vin : 240:-

Gottigott 😊! - beställs på info@magasinetharon.se.

På Magasinet kan ni även boka hotellövernattning om ni så önskar via deras hemsida magasinetharon.se.

Sedan ett stort tack till Magasinet för att de sponsrar eventet med att vi även får ha start och målgång via Hotellets/restaurangens veranda.



Välkomna till ett grymt havsäventyr @ Härön 😊

Lite filmer från simmet:

<https://www.youtube.com/watch?v=QBVCeKkarhE>

<https://www.youtube.com/watch?v=Td1SnJrREfU>