

Kære løber til Cold Hawaii Ultra 2025,

Så er det lige straks, at dette års absolut smukkeste trailfest 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 alle de praktiske informationer på hjemmesiden: thyultra.dk. Dette deltagerbrev fungerer derfor som supplement til disse oplysninger. Vi håber, det giver svar på de sidste spørgsmål, men skulle du sidde med yderligere spørgsmål, så send endelig en mail til gregersen@thyultra.dk eller spørg på vores Facebookside.

Bustransport

Busser afgår fra Agger præcist på de angivne tidspunkter ved Vesterhavshytten (se tidsplanen på hjemmesiden), så kom i god tid og tjek din afgang. Bussen er gul og fra Snedsted Turistbusser—den er ikke til at overse! Bussen vil holde ved starten på de forskellige distancer indtil 10 min før start. Startnummer og tidtagingschip til anklen udleveres ved påstigning af bussen. De løbere, der ikke er tilmeldt bustransport, får udleveret deres startnummer og chip ved startområdet. Er du tilmeldt bustransport, men dine planer ændrer sig, så frygt ej: ikke-afhentede startnumre og chips fragtes med bussen til startområdet. Vi opfordrer til samkørsel, og man må meget gerne koordinere dette via vores Facebookside og -begivenhed.

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 muslibarer fra Nordthy, vingummi, saltede 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.

Vi har pga. den store tilslutning til vores distancer på 12 km og 24 km valgt at lave et ekstra depot ved Lodbjerg Fyr, ca. 5,5 km fra mål. Depotet er tilgængeligt for alle løbere, men holdes kun åbent indtil kl. 15.00.

Dropbag

For løberne på 50 miles og 100 km er der mulighed for at få bragt en dropbag til depotet i Klitmøller efter 42/62 km. Dropbag indleveres ved starten, må max fylde 30 L og skal være forsynet med tydeligt startnummer og navn. Du kan se dit endelige startnummer af startlisten på Raceresult fra onsdag aften.

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

Ruten

Til Cold Hawaii Ultra løber vi gennem store landskabs- og naturværdier. Vi kan kun 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. Hvis ikke, så 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 traillkarma!

Alle distancer følger det samme overordnede ruteforløb mod Agger, men de 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 for løbere på 12 km, 24km, 50 km og 50 miles er tilstrækkeligt at følge de små orange flag, som ruten er markeret med—vi har fortrop og tjek på dagen, så ruten er lige til at følge.

Brug af GPS vil være strengt nødvendigt for løbere på 100 km, da de første 20 km af ruten (gennem Vester Thorup Plantage) 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 deltagernes eget ansvar at medbringe en GPS-enhed med indlæst GPX-fil.

Løbere på 100 km, 50 miles og 50 km vil benytte sig af cykelstien fra Hanstholm til Klitmøller. Markeringen bringer løberne ned på cykelstien, men selve cykelstien er **ikke** markeret. Cykelstien følges blot i sydlig retning, til markeringen begynder igen.

Løbere på 100 km, 50 miles, 50 km og 24 km har flere strandpassager. Markeringen bringer løberne ned på stranden, men strandpassagerne er ellers **ikke** markeret. Kysten følges i sydlig retning. Der vil være beachflag og orange flag på tværs af stranden, når stranden skal forlades. Vær opmærksom, hvis du vælger at løbe langs vandkanten, da havet kan have trukket sig tilbage, efter markeringen er blevet sat op.

Mål

Målstregen 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, men Vesterhavet er lige ved siden af!

Præmier

Der er præmier til de tre hurtigste kvinder og herrer på alle distancer fra bla. Scott, ELSK, Nordthy, Julsø Ultra og [Trailtours.dk](https://trailtours.dk). Til alle, der gennemfører, vil der være en unik Cold Hawaii Ultra finisherpræmie, som udleveres i mål. Og nej, det er 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 høje 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,-, kontant eller via MobilePay. Overskuddet fra salget går udelukkende til Den Danske Naturfond. T-shirten fås i størrelserne XS til XL (uni-sex) og farverne "stone green" og "sandstone", så længe lager haves. Det er ikke muligt at forudbestille.

Udgående løbere

- Ved nødstilfælde ring 112.
- Alle har pligt til at hjælpe nødstedte løbere.
- Løbsledelsen kontaktes på 21405661 eller 22281976.
- Tidtagningsschip afleveres i mål eller nærmeste depot.

Udgår du fra løbet, så kan du ikke forvente at blive hentet og leveret, men vi gør alt, hvad vi kan, for at samle dig op og hjælpe dig videre. Medbring penge til taxa og offentlig transport. - Men hey, undgå uheld og pas på dig selv helt til mål!

På vegne af teamet bag Cold Hawaii Ultra

2 x Simon hhv. Gregersen og Grimstrup



TRAILTOURS