

Vätskestationer - Umara



Mängden sportdryck som går åt på tävling varierar givetvis beroende på temperatur och bansträckning (lutning/svårighet), antal deltagare och mycket mer. Erfarenhet av åtgång räcker många gånger långt, men för dig som inte köpt in dryck tidigare eller tycker att det är svårt att beräkna åtgång så är det här en hjälp på vägen för att det ska räcka till samtliga löpare utan att du ska behöva stå med ett större lager när loppet väl är slut.

Vätskemängd och Prisberäkning per 100 deltagare

Distans	Antal kontroller (st)	Sportdryck (liter)*	Kostnad (kr)**
1 - 5km	2 (Start & Mål)	25	200
2 - 10km	2 (Start & Mål)	32,5	260
3 - 10km + extrakontroll	3 (Start, 5km, Mål)	40	320
4 - 21km	5 (Start, 5, 10, 15, Mål)	62,5	437,50
5 - 42km	9 (Start, 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, Mål)	112,5	787,50
6 - 50km	11 (Start, 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45, Mål)	137,5	894
7 - 80-90km (50mile)	17 (Start, 5, 10, 15, 20 osv + Mål)	212,5	1381
8 - 160km (100 mile)	33 (Start, 5, 10, 15, 20 osv + Mål)	412,5	2681

* Beräkning per 100 deltagare, ** Kostnad per 100 deltagare

Muggar

Umara levererar också vätskemuggar som är 100% nedbrytbara och samtidigt stabila och enkla att dricka ur

Kostnad – 350kr/1000st



Beräkningen av åtgång av Sportdryck är baserad på en standardmugg från Umara (rymmer 2,2dl) fylld med 1,25dl vätska per deltagare och station.

Vätskestationsbyggnad



Umara levererar mot en fraktkostnad även flaggor, bordsdukar, tält och banners för att tydligt visa vätskestationen för löparna.

Leverans & Blandning

Sportdrycken levereras i 6kg hink som räcker till 100l färdigblandad sportdryck. Drycken blandas en (1) skopa (medföljer) innehållandes 60gr sportdryck per liter vatten.

Färdigblandad Sportdryck kan stå i upp till ett dygn innan tävlingsstart så du kan blanda den i god tid inför start. Detta underlättar stort för funktionärerna.



Glada funktionärer som serverar deltagarna kan göra väldigt mycket för upplevelsen av loppet. En energifylld, nöjd löpare är en glad löpare.

Glöm inte att även erbjuda servering av vatten också.

Beställning

Vill du beställa energi till ditt lopp så skicka ett mail till info@umara.se med mängd sportdryck, antal vätskestationer, leveransdatum, leveransadress och kontaktuppgifter så återkommer Umara med vad ni behöver.

Givetvis kan du ringa Umara om du behöver hjälp. Eller använda deras Excelberäkningsdokument här bredvid för mer exakta kvantiteter.

Stort lycka till.