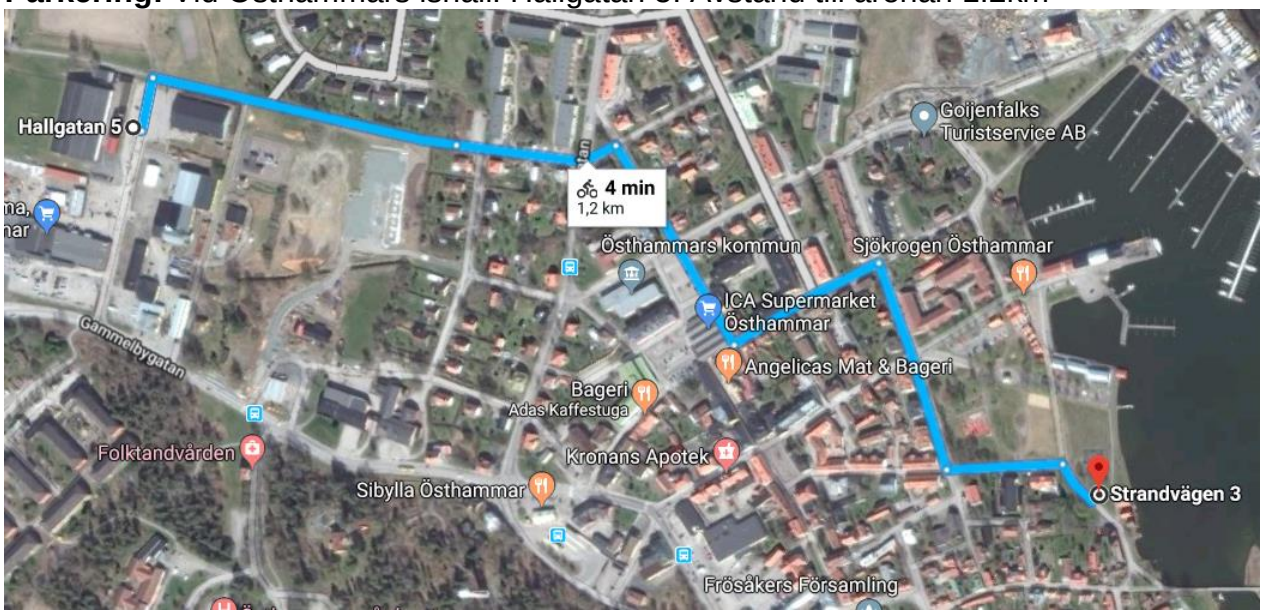
PM Östhammars cykeläventyr 2018

Välkomna till Östhammars cykeläventyr.

Tävlingsarena: Sjötorget Strandvägen 3 Östhammar
Parkering: Vid Östhammars ishall. Hallgatan 5. Avstånd till arenan 1.2km



Tider:
09.30 - sekretariatet öppnar
10.30 – genomgång och upprop
11.00 - start
15.00 - målgång
16.00 - middag
16.30 - prisutdelning

Klassindelning:
damer, herrar, familj.

Kontroller och poäng:
Det finns 8 äventyrskontroller som ger 10 poäng samt 34 orienteringskontroller som kan ge mellan 1 och 6 poäng (Poängen redovisas på separat A4 ”kontrollbeskrivning”).
Poängavdrag vid sen målgång: 3 poäng per påbörjad minut.
Flest poäng vinner. Vid lika gäller snabbast tid.

Äventyrskontrollerna: Vid varje äventyrskontroll så finns en funktionär för att instruera och hjälpa till. För att ni inte skall stressa och skada er så kommer kontrollerna ha obligatorisk tid på 5 min. Så även fast man klarar av kontrollen snabbare så får man inte lämna kontrollen innan 5 min. Vid misslyckad kontrolltagning får kontrollen göras om men om det finns väntande lag så hamnar man sist i kön.

STRAVA-kontroller: På kartan finns det 2 markerade stravasegment, dessa segment ingår i en extra tävling där den snabbaste cyklisten(QOM & KOM) på varje segment belönas med pris.

Priser: Till de tre bästa i varje klass, STRAVA-pris. Prisutdelning 15.30

Vätska: Vid två av äventyrskontrollerna finns möjlighet att ta vätska.
Vid nr 1 självservice vatten.
Vid nr 30 självservice vatten.
Dusch och ombyte: Vi har tillgång till omklädningsrum i Östhammars ishall för dusch efter tävlingen.
Regler:

- Alla typer av cyklar är tillåtet förutom cykel med hjälpmotor.
- Cykelhjälm är obligatoriskt.
- Vid kontrollstämpling måste laget vara samlat med ett avstånd på max 20 m.
- Tävlande kommer att passera genom bostadsområden och på trafikerade vägar. Vi uppmanar alla att följa trafikregler och visa respekt för boende och människor som rör sig i området. Tävlingsbanan är förlagd så att passager över större vägar minimeras men det förekommer.
- Om en lagmedlem inte kan fullfölja loppet så skall detta meddelas tävlingsledningen innan resterande lag fortsätter tävlingen. Laget kommer få ett poängavdrag med 20 poäng och minst 2 lagmedlemmar måste slutföra tävlingen för att resultatet skall räknas.

Kontakta tävlingsledningen om ni behöver assistans. Viktigt att rapportera brutet lopp för att vi inte ska behöva leta efter er. Telefonnummer finns på kartan.
Karta: A3 dubbelsidig 1:20 000. Varje lagmedlem får egna kartor. Det kan förekomma avvikelser på kartan och därför är det tillåtet att cykla på stigar som ej finns med på kartan. Det är inte tillåtet att cykla utanför stigar men det är ok att gå eller springa. Kartställ för cykelorientering är en fördel att använda. Kartställ finns att hyra för 50kr detta görs i samband med registrering innan loppet.
Arena Sjötorget: Inom detta område är det förbjudet att ta med sig sin cykel. Det kommer att vara tre äventyrskontroller på Arena Sjötorget men dessa skall man nå till fots. Cyklarna parkeras vid start-/målområdet (lila cirkel) Cykling inom detta område kan innebära diskvalificering. Notera även att det kan vara mycket folk som rör sig i detta område så visa hänsyn.



Tävlingsledning:
Oskar Molarin 072 -56 95 666,
o.molarin@hotmail.com
Varmt välkomna önskar OK Rodhen & CK Stabil!