

PM
IF Thor Mountainbikeorientering Sprint
söndagen den 30 september 2018 som en del
av ABCD-cupen.



Samling: Domarringens skola, Swedenborgsgatan 74, 753 35 Uppsala.

Parkering: Vid skolans parkeringar utmed Swedenborgsgatan, och på gatan. Parkera inte framför utfarter.

Start: Fri start mellan 10-12.

Till start får man en karta i 1:5000 att följa, och där man kan bekanta sig med skalan. Det är ca 2.2 km till start.

Klasser ABCD-cupen: Herrar lång och kort, Damer lång och kort, Testa MTBO.

Herrar och damer **lång** är 4,3 km. Beräknad segrartid 30 minuter.

Herrar och damer **kort** är 3,8 km. Inte fullt så kuperat och tekniskt svårt.

Testa MTBO är 1,8 km. Fungerar med en vanlig cykel om man väljer lämpliga vägval.

Träningsbana: Efter sin sprint finns träningsbana utan tidtagning. Skala 1:10 000, ekv 2 m. Enbart snitsel vid kontrollerna, ingen stämpling.

Karta: Ritad i MTBO-norm, reviderad september 2018. Skala 1:5 000, 2 m ekvidistans.

Cykling: Cykling endast på vägar, stigar och vissa ytor, inte i skogen.

Orangea ytor markerar öppen mark där man får cykla.

Svartprickiga ytor markerar områden med många spår, där man får cykla.

Bruna ytor markerar grus och asfalt där man får cykla.

Gula, gröna och vita områden är förbjudna för cykling.

Efteranmälan: Ett begränsat antal kartor finns ute på tävlingsdagen för alla klasser.

Avgift: 50 kr, betalas på plats kontant eller med Swish. IF Thor 1236023790.

Utrustning: Obligatorisk utrustning förutom cykel är hjälm och Sportident-pinne. Fri klädsel i övrigt. Kartställ finns för uthyrning vid målet, avgift 50:-, förbokas via mail:

mtbo@pezdata.se

Ingen dusch. Fyrishovs bad ligger 1 km från arenan.

Kontakt: mtbo@pezdata.se, Lars Pontén, 0705-129648.

För mer information se Eventor, Vi lägger upp efterhand.