

## **ANMÄLAN KAN SKE PÅ PLATS**

### **STARTPROCEDUR**

Startstämpling

En åkare per minut, 2 minuter mellan åkare på samma bana. Karta 1 minut före start.

### **TÄVLINGSREGLER**

Hjälm är obligatorisk. Utan hjälm =startförbud.

Cykling är endast tillåten på vägar, stigar, bruna asfalt- och grusytor samt orange-färgade ytor=Öppen cykelbar yta.

Högertrafik gäller. Vid omkörning –ropa ”jag kommer vänster”. Cyklande i uppförsbacke har företräde. Kör du utför har du skyldighet att väja. Ta hänsyn till andra tävlande vid möte. Stå inte kvar vid stämpelenheten. Ta speciell hänsyn till andra trafikanter, gångare , hundar och hästar. DET ÄR MYCKET TRAFIK PÅ GENOMFARTSVÄGEN GENOM MARBÄCK.

**WARNING!! Efter första kontrollen sker passage genom tunnel under LV157. Där är det brant och trångt. TA DET LUGNT!**

**ALLA HAR FULLT ANSVAR FÖR SITT ETT AGERANDE .**

### **STÄMPLING**

Sportidentpinnen behöver ej vara fäst i cykeln. Sätt pinnen på vänster långfinger – för att ha möjlighet att bromsa med höger hand=bakhjul.

Bromsning med vänster hand = framhjul är orsak till många smärtsamma vurpor. Den tävlande ska alltid medföra cykeln till varje kontroll men det är tillåtet att springa med cykeln eller att bära den.

### **KARTA**

Nyritad våren 2019.

Modifierad version av IOF:s MTBO-norm – se Teckenöfrklaring. **SYNPUNKTER EMOTSSES!!**

Tryckt på vanligt papper

Storlek A3 för bana 11km och 8km Skala 1:10 000

Storlek A4 för bana 6 km Skala 1:10 000

Storlek A4 för bana 4 km Skala 1:7 500

### **TERRÄNG**

Kraftigt kuperad på de längsta banorna, men det går att undvika de värsta backarna och de svåraste stigarna.

FD järnvägstunneln i nordvästra delen av kartan är snabbcyklad och är markerad med =====

### **KARTSTÄLL**

Ett begränsat antal kartställ finns att låna. Först till kvarn...

**OMBYTE** Utomhus

**TOALETT** Finns inomhus

### **DUSCH**

I Marbäcks IF:s Klubbstuga 1 km från TC

**SERVERING** av enklare slag med

Kaffe,te, saft, vatten, smörgås, bullar

**VÄLKOMMNA!**