

PM MTBO-närtävling i Värnamo 16/11

Banor (ingen ytterligare klassindelning)

A	2 km	Lätt. Grusvägar och större stigar. Kan genomföras även med vanlig cykel.
B	2 km	Ganska lätt. Mestadels grusvägar, men några tekniska stigar.
C	3,5 km	Ganska lätt. Mestadels lättcyklade stigar, men några tekniska stigar.
D	5,5 km	Medelsvår och ganska fysiskt krävande.

Terrängbeskrivning: Mycket stigrikt område som genomkorsas av vägliknande motionsspår. Måttlig till stark kupering. I huvudsak lättcyklade stigar och vägar. Kortare sträckor på tekniskt utmanande stigar förekommer, men hindren kan ledas förbi vid behov. Observera att det finns många dropp på stigarna, men det finns oftast en tydlig kringväg och då är de inte markerade som hinder på kartan. Anpassa din hastighet till sikten och tänk på att det förekommer mötande trafik!

Karta: Klassisk orienteringskarta, konverterad till MTBO-norm under 2019 (men vi håller på att lära oss, så kartan är inte perfekt). Skala 1:7500, ekvidistans 5 meter. A4-format.

Tävlingsregler: IOF:s tävlingsregler gäller. Visa hänsyn till övriga deltagare samt andra cyklister och fotgängare. Håll till höger vid möte. Det är tillåtet att cykla på öppen (helgul) mark, eftersom den enda öppna marken är motionsområden. Det är tillåtet att växla från en stig till en annan när de går precis intill varandra (exempel ges som gröna rutor på kartan nedan) men INTE när de är separerade (röda rutor).

Teckenförklaring



—————	—————	Väg (75-100% fart), bred/smal
-----	-----	Snabb stig (50-75%), bred/smal
-----	-----	Mediumstig (25-50%), bred/smal
.....		Långsam stig (<25%), bred/smal



teknikområde med många stigar



hinder, t.ex. nedfallet träd, vägbom eller drop utan uppenbar rundväg (går att passera genom att leda, ofta även cyklande men iakttag försiktighet)

Start: Fri starttid mellan kl. 10:00 och 11:30. Deltagare släpps med lagom startmellanrum. Startstämpling.

Resultat: Inga utskrifter utan istället liveresultat med sträcktider. Även på Eventor och LiveloX efteråt.

Ombyte/dusch/toa: Inomhus på motionsgården. OBS! Ingång ENDAST i källaren på södra sidan av huset. **Cykeltvätt:** Finns vid motionsgården.

Avgift: Ingen avgift, men frivilliga bidrag för att stödja utvecklingen mottages tacksamt. Swish: 0703468474 (Marita Johansson, kassör)

Kartställ: Finns till försäljning (se <https://www.gimulti.se>). Några kartställ finns också för utlåning till lokala deltagare (främst från Värnamo kommun och Gislaveds kommun).

Kontakt: Pär Söderhjelm, 070-7707546, par@soderhjelm.com

All cykling sker på egen risk! Ta det försiktigt och ha det så kul!