

INBJUDAN

Täby OK MTBO-träning 14 juni 2020



Ansvar

Alla har eget ansvar för att följa FHM och SOFTs riktlinjer gällande Corona-viruset. T ex att stanna hemma vid sjukdomssymptom samt att hålla avstånd från varandra.

Täby OK ordnar denna träning inom ramen för SOFTs rekommendationer, och förbehåller sig rätten att begränsa antal startande. Alla deltagare uppmanas också att i största möjliga mån: Komma till träningen, träna och därefter åka direkt hem.

Samling

Bällstabergsskolan, Vallentuna. Ingen vägvisning.

Parkering

Se karta, P-skiva på parkeringen.



OBS: Det är inte tillåtet att parkera på gästparkeringar i närliggande bostadsområden.

Anmälan

Anmälan via Eventor senast fredag den 12 juni kl 23:59.

Ett fåtal kartor kommer att finnas för Direktanmälan på plats.

Anmälningsavgift

30 kr för de som inte är medlemmar i Täby Ok, betalas med Swish på plats.

Start

Mellan klockan 10:00 och 11:00

Fri starttid. Sprid ut er vid starten.

Banor

Svår 10km

Svår 7km

Svår 5km

Lätt 7km

Lätt 4km

Karta	Skala 1: 10 000 Ekvidistans 4m
Terräng	Inom området finns en hel del enduro-stigar med varierande körbarhet. Blandat bostadsområden, närområden och skog. Måttlig kupering. Perfekt terräng för MTBO :)
Tävlingsregler	Cykling endast tillåtet på markerade stigar, grusade eller asfalterade ytor, samt ytor markerade orange på kartan. Godkänd hjälm obligatoriskt för start. Håll till höger vid möte och visa hänsyn till fotgängare, ryttare och andra som också nyttjar skogen..
Kontroller och stämpling	Orange/vita kontroller med SI-enheter, hängande eller på "pinne".
Resultat	Läggs ut på Eventor. Möjlighet att lägga upp på Livelox.
Banläggare	Ola Bengtsson
Upplysningar	Ola Bengtsson 070-146 51 11