

KILPAILUOHJEET; BOTNIA-MTB ja DUATHLON 16.9.2017

Tapahtumapaikka/kilpailukanslia

Norrvalle-Folkhälsan, Vöyrintie 305, 66600 Vöyri. Kilpailukanslia sijaitsee Norrvallan päärakennuksessa.

Osallistujakirjekuori

Osallistujakirjekuori sisältää 2 kilpailunumeroa, joista isompi kiinnitetään rintaan ja pienempi kiinnitetään ohjaustankoon nippusiteillä, 5 kpl hakaneuloja, yhteistietolappu vaihtovaatelaukulle, ruokakuponki, sekä ID-tunniste joka täytetään ja kiinnitetään rintanumerolapun sisäpuolelle. Osallistujakirjekuoret saa Norrvallan aulasta lauantaina 16.9. klo. 08:00 – 10:00.

Botnia MTB

Botnia MTB on maastopyöräilyajo Norrvallan, Kimon, Komossanin ja Vöyrin hiihtokeskuksen maastossa. Reitti kulkee hiihtolatuja, metsäteitä, yleisiä teitä ja polkuja pitkin, mutta ei ole teknisesti kovin vaativa. Löytyy kaksi reittiä joista toinen on n. 69 km mittainen ja toinen n. 30km.

Botnia Duathlon

Järjestetään yhteistyössä Botniakerroksen kanssa. Ensin pyöräillään se lyhyempi MTB-reitti, n. 30km jonka jälkeen juostaan 16km. Vaihtoalueella heti maalin takana voidaan jättää pyörä ja esim. vaihtaa juoksukenkiin.

Vaatteiden vaihto/Suihku

Vaatteiden vaihto ja suihku tapahtuu Norrvallan urheiluhallissa, uimahallissa tai uimahallin terapiaosastolla. Vaatteiden säilytys on Jonund kokoustilassa. Säilytys ei ole vartioitu.

Verryttelyvaatteet

Verryttelyvaatteet voi jättää lähtöalueelle. Vaatteet laitetaan muovipussiin, joka on merkitty kilpailunumerollasi, ja kisan jälkeen ne löytyy lämpökeskuksen ulkopuolelta, lähellä lähtöä/maalia.

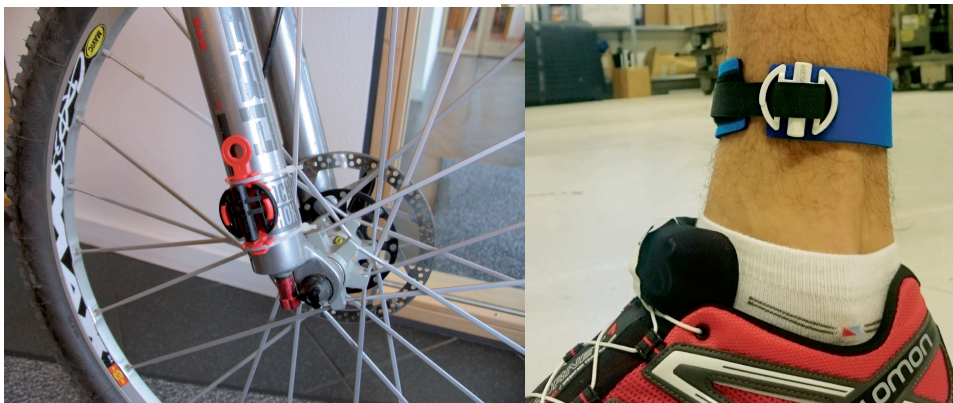
Lähtö ja maali

Klo 10:00 lähtevät kaikki MTB-pyöräilijät ja Duathlonistit matkaan. Lähtö sijaitsee soratiellä, maalin lähellä. Pyöräilijöiden maaliintulo tapahtuu maaliportaalin vasemmalla puolella. Maaliintulon jälkeen odottaa mitali, diplomi, suihku sekä ruokailu.

Ajanottosiru

Botnia MTB:n ajanotto tapahtuu elektronisella ajanottosiruilla, joka kiinnitetään nippusiteillä oikeaan etuhaarukkaan.

Duathlonistit kiinnittävät toisen chipin pyörän oikeaan etuhaarukkaan, ja toisen vasempaan nilkkaan!



Juomapisteet

Reitin varrella on juomapisteitä, jotka tarjoavat vettä ja urheilujuomaa.

Kypärä

Pyöräilykypärän käyttö on pakollinen.

Liikennesäännöt

Kun pyöräillään yleisillä teillä, joilla on auto- tai traktoriliikennettä, pyöräilijöiden on noudatettava normaaleja liikennesääntöjä. Eli pyöräillään oikealla tienreunalla ja juostaan vasemmalla.

Pyöräilyreitti

Kaikkien osallistujien tulee käyttää järjestäjien merkitsemää reittiä.

Reitiltä poikkeaminen johtaa hylkäämiseen. **Muista kunnioittaa kanssakilpailijoihisi, etenkin ahtaissa paikoissa!**

Ensiapu ja pyörähuolto

Punainen Risti antaa tarvittaessa ensiapua. Maastossa liikkuu ensiapu-mönkijä, puh.nro: 0500-142490.

Maalialueella löytyy myös ensi-apupiste! Juomapisteiltä löytyy sisärenkaita ja pumppu!

Jos pyöräsi menee rikki niin että et voi jatkaa; soita numeroon 0500-367174 jotta voimme hakea sinut autolla lähimmästä mahdollisesta paikasta.

Vakuutus

Osallistuminen kilpailuun tapahtuu omalla vastuulla. Tapaturmavakuutus sisältyy ilmoittautumismaksuun.

Palkinnot

Kolmelle parhaalle 69km:n reitillä ja Duathlonissa, sekä naisten että miesten sarjassa, jaetaan lahjakortteja arvoltaan 150 €, 100 € ja 50 €. Palkintojen jako tapahtuu n. klo 14:30 ravintola Elsan Kökissä.

Oikein miellyttävää kuntoilupäivää!

johtokunta