

2022 PM/inbjudan Åre Extreme Race Tour Stockholm

PM/Inbjudan 2022 Åre Extreme Race Tour Stockholm

Lördag 14 maj kl 13:00 start alla klasser.

TC

Tävlingscentrum är nedanför tävlingsbacken (mittenbacken) i Flottsbro.

Parkering

Parkering finns vid Flottsbro gästparkering. Kajaker transporteras ner till stranden av deltagarna själva. Kärra rekommenderas

Klassindelning

- Solo dam/herr
- Duo dam/herr/mix (tvåmannalag med valfritt kajak el canadensare)
- Solo ungdom tjej/kille (14-17 år)
- Duo ungdom tjej/kille (14-17 år)
- Prova Multisport Solo
- Prova Multisport Duo Mix/Dam/Herr

Utdelning av tävlingsmaterial

Tävlingsmaterial kan hämtas vid TC från kl 11:00 på tävlingsdagen.

Alla tävlande kör samma bana!

Mål och växlingsområde är nedanför tävlingsbacken (mittenbacken) i Flottsbro.

Paddling

Alla klasser startar med paddling och starten går i vattnet.

Paddling längs östra sidan av Albysjön, rundar bropelare vid järnvägsbron i sjöns norra ände, tillbaka till start. Solo/duo rundar sjömarke ca 50 m utanför startlinjen och kör ett varv till. .

Paddel Start vid stranden mellan bryggorna.

Hyrda kajaker/kanadensare ligger omärkta i kanot fållan. Två paddlar och två flytvästar ligger i varje kanadensare. Egen lista över hyrda kajaker. Personal kommer att finnas på plats.

De som har hyrda kajaker/kanoter uppmanas om att vara ute i god tid för att storleksanspassa båten och "testa att allt funkar".

Löpning ny bana 2022!

Efter paddlingen är det löpning. Ny bana för löpningen finns under fliken för banor. banan löps två varv. Info rör varvning fås på race

MTB

Cyklingen kommer att följa snitslad bana som ska köras 2 varv.

Snitslad bana ska följas!

Starttid

Starttiden för alla klasser är kl 13:00.

Obligatorisk genomgång för alla tävlande vid TC kl. 12:30.

Regler

- Kontrollerna måste tas i rätt ordning **och snitslad del av banan ska följas!**
- Det är inte tillåtet att gena över hustomter eller beträda förbjuden mark/vägar. Överträdelse medför tidstillägg/uteslutning.
- Allmänna trafikregler gäller och ska följas.
- Förbudet att springa på RV 26. Undergång/tunneln är markerad på kartan.
- Hänsyn till allmänheten måste beaktas.
- Skräp får inte slängas utmed banan. Nedskräpning kommer att medföra diskvalificering.
- Vid målgång cyklar de tävlande fram till mål och stämplrar vid mål kontrollen.
- Duo får inte skiljas åt under tävling, max avstånd 50m.
- Vid kontrolltagning ska båda lagets medlemmar passera max 5 meter från kontrollen.
- Stämpling sker elektroniskt med sportident som erhålles av tävlingsarrangören och finns med i tävlingsmaterialet. Borttappad pinne måste ersättas med 700 kr.
- Tävlande som beslutar sig för att bryta skall genast kontakta tävlingsledningen. Frisk lagmedlem får inte fortsätta på egen hand.
- Max tid är fram till kl 20:00. Efter denna tid registreras inga stämplingar ute på banan och lagen ska ta sig till mål och stämpla i målstämplingen.
- **Efter kl 17.30 kortas cyklingen för de som inte redan har börjat den (de får cykla ETT varv, men inte det sista).**
- Support är tillåtet i TC.
- Kartor kommer att finnas för alla sträckor för de som önskar det.
- Tävlingsjury kommer att etableras.
- Protester måste vara juryn tillhanda senast kl 18 tävlingsdagen.

Obligatorisk utrustning

- Nummerväst (ska bäras väl synlig också på paddlingen!)
- Sportidentpinne (en per tävlande/lag)
- Cykelhjälm under cykelsträckan
- Flytväst under paddlingen
- Visselpipa en per lagmedlem, under paddlingen

Rekommenderad utrustning

- Extra slang, cykelpump, däckavtagare och kedjebrytare

Försäkring

Tävlan sker på egen risk. Arrangören har tecknat försäkring.

Vätska

Vätska för de tävlande kommer att finnas vid växlingsområdet.

Servering

Flottsbro Vårdshus håller öppet mellan 10-16

Toalett

Toaletter finns vid lifthuset samt vid Flottsbro vårdshus.

Prisutdelning

Prisutdelningen börjar cirka kl 17

Arrangör och upplysningar

Tävlingen arrangeras av Nordic Islands Adventure Race AB, med org. nummer 559294-7229 i samarbete med Isabergtrail AB

Kontaktuppgifter, tävlingsledning

Tävlingsledare Micke Hanell, 070-6924550 micke@niar.io