



PM för Åsarnatrampet 31/8 2019

ANMÄLAN

Anmälan senast den 28 augusti-OBS! Anmälan är bindande! .

Du anmäler dig genom att skicka ett mail till: asarnatrampet@outlook.com (OBS! asarna - inte åsarna) I mailet är det viktigt att du anger följande information:

Namn,Klubb/Ort,Klass(distans)

Direkt när du anmäler dig betalar du också in startavgiften till Bankgiro: 198-1943 och där anger du vem du betalar för.

Om du betalar in för flera personer kom ihåg att ange ALLA namn vid betalning.

Det går bra att efteranmäla sig på tävlingsdagen senast 1 timme före start mot förhöjd avgift (Startavgift plus 50 kr för ungdomsklass, startavgift plus 100 kr för 17 km och 30 km ,knatteklass ingen förhöjd avgift.) . Betalas kontant eller med swish. Detta sker i tävlingsexpeditionen i ÅIK stugan.

NUMMERLAPPAR

Chip och nummerlappar hämtar man i tävlingsexpeditionen i ÅIK stugan. Öppet från kl 09,00 tävlingsdagen. Förstört eller borttappat chip ersätts med 500 kr.

START

Elitmotionsklass: Ca 30 km tuff terräng för 15 år och uppåt.

Starttid kl 13.00 kostnad: 400 kr

Motionsklass: Ca 17 km lättare terräng för 10 år och uppåt(under10 år i vuxet sällskap rekommenderas)

Starttid: Kl:11.00 Kostnad: 300 kr

Öppenklass: Ingen tidtagning men med nummerlapp

Starttid: 11.01-11.15 Kostnad: 300 kr

NYHET för i år egen klass för elcyklar 17 km (dock ej trimmade)

Starttid 11.15 Kostnad 300 kr

Ungdomsklass: Ca 2,5 km lätt terräng, 7-12 år!

Starttid: Kl:13.10 Kostnad: 150 kr

Knatteklass: Ca 700 m utan tidtagning, 0-8 år!

Starttid:13.05 Kostnad 20 kr.

TIDTAGNING

Elektronisk tidtagning. Utan tid i Knatteklassen.

BANOR

Samtliga sträckor kommer vara väl markerade.

17 km: Grusväg, väg och breda stigar. **VIKTIGT! Vid cykling på allmän väg gäller rådande trafikregler.** OBS! Går ej att cykla med landsvägscykel (racer)!!!

30 km: Grusväg, väg, breda och smala stigar (blöta partier förekommer) delvis brant och svårscyklad terräng. VAR FÖRSIKTIG DÄR!

OBS! Vid cykling på väg och grusväg håll till höger så mycket det går visa hänsyn till andra trafikanter och varandra. Omkörning sker till vänster.

2,5 km: Breda stigar och rullskidbana.

700 meter: Kring skidstadion.

VÄTSKA

Sportdryck och vatten vid två ställen på de långa banorna.

På 17 km efter ca 6 km och efter ca 13 km

På 30 km efter ca 5 km och efter ca 15 km

MÅL

Åsarna skidstadion för alla klasser

DUSCH

Det finns möjlighet till dusch i ÅIK stugan Herrar ingång från framsidan och Damer ingång från baksidan.

CYKELTVÄTT

Finns bakom ÅIK-stugan

SJUKVÅRD

Sjukvårdspersonal finns vid start och mål.

MAT

Försäljning av mat och dryck vid Åsarna skidstadion.

RESULTAT

Resultatlistor kommer på ÅIK's hemsida ,www.guldbyn.nu

PRISER

Diplom i knatteklassen. Blomsterceremoni samt priser till de tre första damerna och tre första herrarna i respektive klass. Utlottning av nyttopriser i samtliga klasser.

OBS: Pristagaren måste finnas på plats för att själv motta priset annars dras en ny vinnare.

Prisutdelning

Motionsklassen, El-cykelklass ,knatteklassen och tjejer/ killar 2,5 km Kl:13.30 vid mål.

Elitmotionsklassen direkt efter avslutad tävling vid mål.

ÖVRIGT

Allt deltagande sker på egen risk. Cykelhjälm är obligatorisk. Var vänner utmed banan. Släpp fram snabbare medtävlare. Visa hänsyn mot dem som tar det lite lugnare. Anmäl till funktionärerna vid mål om du har brutit loppet

Nyheter

Öppen klass 17 km utan tidtagning startar när man vill direkt efter ordinarie 17 km start och 15 min framåt dvs. 11.01 - 11.15, givetvis deltar alla som cyklat de 17 kilometerna i utlottningen av priserna.

Nyhet för i år El-cykelklass 17 km START 11. 15

Tävlingsledare

Markus Daabach 070-3775043

Fredrik Malmgren 070-2739634

Lycka Till! Åsarna IK

Detta evenemang kommer ev dokumenteras med film och foto. Bilder och filmer från evenemanget kan komma att användas i syfte att informera om vår verksamhet, samt marknadsföra detta och framtida evenemang för vår räkning. Om du vill få en bild eller film raderad är du välkommen att kontakta info@guldbyn.nu Mer information om hur vi behandlar personuppgifter och hur vi tillvaratar enskildas rättigheter framgår av integritetspolicyn på vår hemsida.