



PM VÄTTERN BIKE GAMES TEAM CHALLENGE

14 SEPTEMBER 2019

Detta ingår i startavgiften

I startavgiften ingår tältplats (3x3 m, exkl. el) i Team Village, Enervit sportdryck, blåbärssoppa, kaffe, te, bullar, bananer och saltgurka. I startavgiften ingår även en portion mat per deltagare och massage (vid XXL Sport & Vildmarks tält i Team Village).

Nummerlappar och chip

Hämtas lagvis hos Deltagarservice, Scoutgården, Bondebacka följande tider:

Fredag 13/9: 16.00-20.00

Lördag 14/9: 05.30-14.30

Nummerlappen ska fästas framtill på cykeln. Tidtagningschipet fästes runt vristen och lagchipet fästes på ramen. Instruktioner finns vid Deltagarservice och på baksidan av nummerlappen. Observera att du först måste ta bort eventuella rester av gammalt chip.

Banbeskrivning

Banan är 5 km lång och körs på det natursköna Bondebacka strax utanför centrala Motala. Du cyklar på varierat underlag bland hassellundar, grova ekar, tallskog och ute på det öppna radiofältet. Banan passar alla och är inte tekniskt svårkörd.

Upplev banan på 53 sekunder [här >>](#)

Provkörning av banan

Fredag 13/9 kl. 18.00 kommer en guidad visning av banan att äga rum.

Samling utanför Scoutgården, *Bondebacka 1*.

Tältbyggnation och parkering

Varje lag har en yta i Team Village på max 3x3 m, där eget tält kan placeras.

Husvagnar och husbilar är dessvärre inte möjligt att placera i Team Village (undantaget särskilt samarbetsavtal).

Viktigt: Vi rekommenderar er att komma redan på fredagen mellan kl. 16.00-20.00 för uppsättning av tält, då det inte kommer finnas någon framkomlighet med bil till Team Village under lördagen. Ange *Bondebacka 1* i gps:en för att komma rätt väg in på området under fredagen. På lördagen gäller enbart adressen *Radiovägen 20* där arrangemangsparkeringen är belägen. Den ligger ca 400 m från Team Village. Andra vägar är avstängda då.

Växlingen – så går den till

På anvisad plats i anslutning till Team Village, hoppar du av cykeln och springer genom växlingszonen (detta gäller även om ni **inte** ska skifta cyklist) fram till din lagkamrat. Växlingen sker genom kroppskontakt, t.ex. med en klapp på axeln. På nästa anvisade plats hoppar du på cykeln. Ni avgör själva hur många gånger ni vill växla åkare inom laget, men växlingarna får endast ske i växlingszonen.



Regler

- Endast slutförda varv inom exakt de aktuella 4, 8 eller 12 timmar kommer att tillgodoräknas.
- Om två lag har kört lika många varv, är det sluttiden som avgör.
- Att gena är naturligtvis inte tillåtet. Funktionärer finns ute på banan och kontrollerar.
- Om du får tekniska problem med cykeln ute på varvet, kan du välja att fullfölja varvet och därmed tillgodoräkna dig det eller gena tillbaka till växlingszonen och inte tillgodoräkna dig det påbörjade varvet. Observera att du inte får gå eller cykla mot tävlingens färdriktning. Du får inte passera mållinjen vid brutet varv.
- Det är endast tillåtet att byta cykel i växlingszonen. Ej ute på banan.
- Cykelhjälm är ett krav.
- Agera sportsligt ute på banan och släpp fram deltagare som önskar passera.
- Vill du passera en cyklist fungerar det utmärkt med ett –"Jag kommer till vänster" följt av ett –"Tack"!
- Att stanna och hjälpa en skadad cyklist är allas ansvar.

Starttider/sluttider

12-timmars startar kl. 07.00

8-timmars startar kl. 11.00

4-timmars startar 15.00

Samtliga starter sker från Team Village och avslutas på samma plats kl. 19.00.

Viktigt: 15 minuter före varje start kommer vi ha en genomgång för alla lag i växlingszonen. Missa inte den!

Priser och prisutdelning

En "lagstubbe" till vinnande lag i samtliga klasser delas ut. Varupriser kommer att finnas. Det lag som har den mest kreativa tältinredningen kommer att premieras!

Arenan

Arenan ligger på Bondebacka i Motala, ca 2 km från centrum.

[Hitta till Bondebacka >>](#)

Karta över området

[Titta här >>](#)

Dusch och omklädning

Omklädningsstält finns (Herr resp. Dam) i anslutning till Deltagarservice. Duschar finns på [ldrottsparken >>](#), ca 2 km från området.

Cykelservice

XXL Sport & Vildmark erbjuder enklare cykelservice i sitt tält i Team Village.

Cykeltvätt

Cykeltvätt finns på området



Resultat

Liveresultat nås via [hemsidan >>](#). Liveresultat visas även i Resultat-tältet i Team Village.

Första Hjälp

Första Hjälp-personal samt sjukgymnast finns på plats under hela evenemanget.

Massage

XXL Sport & Vildmark erbjuder massage i sitt tält i Team Village.

Mat och Dryck

Det finns ett café på plats som, förutom kaffe/te/annan dryck och fikabröd, erbjuder enklare kioskvaror samt grillad korv och hamburgare till försäljning.

För deltagarna finns gratis bullar, bananer, saltgurka, blåbärssoppa, kaffe, te och sportdryck. I anmälningsavgiften ingår även en portion mat per deltagare. Egen grill får **inte** användas pga. av brandrisk. Vatten finns för påfyllning.

Boende

Vi rekommenderar Hotell Östermalm som kan erbjuda både hotellrum och stugor.

Hotell Östermalm i Motala

Telefon: 0141-21 99 00

E-post: info@hotellostermalm.se

**OBS! Arrangören förbehåller sig rätten att ändra i programmet.
Uppdateringar i PM läggs löpande ut på hemsidan.**