

Racing into the woods

Hylte Sport & Event



PM Racing into the woods

Racing into the woods är ett AR Adventure Race. Ett multisportlopp där man springer, cyklar, simmar och paddlar kanot. Man tävlar i lag om 4 deltagare där alla ska vara med ifrån start till mål. Varje lag behöver sitt eget serviceteam i bil som kan ta emot utrustning och förbereda växlingarna.

Serviceteamet får ta hand om allt som inte laget behöver under respektive sträcka. De får bara hjälpa till vid växlingarna. Serviceteamet har en väldigt viktig uppgift för att laget ska lyckas med en bra prestation.

En racebriefing kommer försöka hållas via skype eller liknande med Teamleader för alla lag någon vecka innan tävling så att alla regler och banan är självklar vid tävlingsdagens start.

Tävlingstiden är beräknad till 6 – 9 timmar. Eftersom det är en rejäl fysisk utmaning så riktas den till deltagare med hög regelbunden konditionsträning bakom sig. Man bör ha kunskaper inom nutrition och energiintag för att kunna prestera bra.

Totalt antal km ca 159 km

Arrangören uppskattar om resp. lag tävlar i liknande klädsel.

Preliminär Bansträckning:

Start:

1. Torulund, Torup – Kinnared – Landeryd – Långaryd – Rydöbruk – Femsjö (Cykel 72,2 km)
2. Femsjö – Löjenäs (Simning, 1,0 km)
3. Löjenäs – Vallsnäs (Cykel, 24,9 km)
4. Vallsnäs – Önnelvarn (Kanot, 6,7 km)
5. Önnelvarn – Järanäs (Löpning, 7,3 km)
6. Järanäs – Tiraholm (Simning och löpning ut till asfalterad väg, 1,1 km + 2 km)
7. Tiraholm – Jälluntofta Camping (Cykel, 33,7 km)
8. Jälluntofta Camping – Kroksjön, Into the Woods (Löpning 10,1 km)

Datum/Tid/Plats

2019-08-07 Registrering: Torulund, Torup kl. 07.00.

Det är här ditt lag checkar in på tävlingen och får all information, kartor och nummerlappar. Om det här är ditt första Adventure race eller om du funderar över något, se till att komma till registreringen så tidigt som möjligt så att du hinner ställa alla frågor.

2019-08-07 Start: Kl. 08.00. Centrala Torup

2019-08-07 Målgång ca. kl. 14.00 – 18.00 Festivalområdet Into the woods Kroksjön, Unnaryd.

Racing into the woods

Hylte Sport & Event



Ansvarsfriskrivning

Du och ditt lag har kryssat i och godkänt tävlingsreglerna i samband med anmälan. Vi vill påminna om att du deltar på egen risk och bör ha en giltig olycksfallsförsäkring. Alla deltagare, ännu inte 18 år fyllda på tävlingsdagen, behöver lämna in en försäkring med målsmans underskrift på ett papper till tävlingsledningen vid registreringen.

Tävlingsmöte – bangenomgång via skype eller liknande en tid innan tävling

Minst en representant från varje lag ska finnas på plats vid tävlingsmötet och bangenomgången. Viktig information kring tävlingen och banan kommer att gås igenom. Varje lag ansvarar för att samtliga deltagare inom laget samt serviceteamet har fått ta del av på tävlingsmötet framkommen information.

Tidtagning

Tidtagning startas vid gemensam start och stoppas när sista lagmedlem går i mål. Laget kommer få ett stämplingsdokument som ska stämplas/signeras på anvisade platser under banan för att säkerställa att alla följt rätt bana.

Startplats

Centrala Torup

Mål

Festivalområdet Into the woods Kroksjön, Unnaryd

Energistationer

Kommer finnas vid växlingsområdena

Allmän trafik

Under hela tävlingsdagen är banan öppen för allmänheten. Det gäller vägar, stigar och vattenpassager. Eftersom det förekommer annan trafik på vägarna gäller vanliga trafikregler. Tänk på att den här trafiken kanske inte vet att det pågår en tävling.

Hänvisningar från funktionärer skall alltid följas. Visa hänsyn mot andra deltagare, trafikanter och mot allmänheten.

Serviceteam

Serviceteamen får endast hjälpa lagen vid växlingsområdena. All behövlig utrustning får tas hand om av serviceteamet under tävlingens gång.

Natur och skräp

Visa hänsyn mot varandra och naturen utmed banan. Kom ihåg att ta med all utrustning och skräp. Skräp kan slängas på anvisad plats av funktionärer alternativt lämna till ert serviceteam.

All påkommen nedskräpning medför diskvalificering.

Discipliner

- Obligatorisk utrustning som bärs av laget ifrån start till mål
- Första hjälpen (tryckförband) hos alla deltagare
- Visselpipa bärs av en lagmedlem
- Karta
- En mobiltelefon per lag ska medtagas. Arrangören ordnar vattentäta skydd. Vid simsträckor tar serviceteamet hand om telefonen.

Racing into the woods

Hylte Sport & Event



Cykel

All cykel sker på asfalterad väg

- Cykeln ska tas med under hela cykelsträckorna. Det är tillåtet att dra cykeln och att springa med den.
- Tempocykel är inte tillåtet i övrigt godkänd cykel med fungerande bromsar
- Drafting är tillåtet
- Cykelhjälm måste användas.

Löpning

- Skor måste användas.
- Löpning får ej ske med bar överkropp

Simning

- Våtdräkt obligatorisk pga säkerhetsskäl
- Ej mer än 15 meter mellan deltagare pga. säkerhetsskäl
- Handpaddlar och Simfenor är **inte** tillåtet
- Använd visselpipa för att påkalla hjälp vid behov
- Safeswimmers kommer tillhandahållas av arrangör

Kanot

- Flytväst tillhandahålls av funktionär och är obligatoriskt. Egen flytväst får användas.
- All kanotutrustning tillhandahålls av arrangör. Kanot enligt bild.



Övrigt

Vid allvarliga tillbud, ring 112. I övriga fall, ring vårt kontaktnummer. Funktionärerna vid samtliga kontrollstationer och start och mål har första förband tillgängligt.

Ombyte efter målgång

Medtag torrt ombyte – ingen dusch finns tillgänglig i anslutning till mål. Sjö finns för dopp.

Kostnad

2000 kr/lag

Priser till 3 första lagen

Deltagandet sker på egen risk. Hjälp varandra om något händer.

Var försiktig vid vägkorsningar – följ trafikskyltar och anvisningar vid cykelsträckorna.

Anmäl till funktionär/tävlingsledare om ni väljer att avbryta tävlingen.

Njut av dagen, lyft blicken och peppa varandra.