

- 09:30** Åpning av sekretariat på arena ACR på Storforshei
- 10:00** Innlevering av sykler for transport til Polarsirkelsenteret
Innsjekk av buss. Det koster ingenting for deltakerne
Oppmøte senest 10:30 ved parkeringen på ACR
- 11.00** Avgang transport til Polarsirkelsenteret
- 12:00** Åpning av sekretariat på Polarsirkelsenteret.
Registrering av utøvere. Startnummer utdeles.
- 13:00** Start Lag Rana SK
- 13:10** Start Lag Fauske IL Sykkel
- 13:20** Start pulje 1
- 10:30 – 20:00** Kafe i målområdet åpent for kjøp av mat og drikke
- 14:30 – 17:00** Målgang
- 17:00** Uttrekkspremier, Vandrepokal
- 19:00** Kafeen stenger

Det tas forbehold om endringer i programmet. Endringer vil bli kunngjort på ww.ranasykkelklubb.no



SIKKERHET

For din egen sikkerhet - det er et krav at alle skal benytte godkjent hjelm. **I fellesstart skal standard landeveissykkel benyttes. El-sykkel er tillatt.**

Trafikkreglene skal overholdes! Maks to syklister i bredden!
Det er forbudt å montere utstyr for temporitt.

Alle plikter å stanse og yte bistand ved ulykke.
Noter navn og mobilnr til pårørende bak på start nr ditt.

Det kan være lurt å ha med mobiltelefon i tilfelle du trenger assistanse.
Ved assistanse fra siste bil fra arrangør kan du få transport til nærmeste sted hvor du kan vente på hjelp fra ditt eget "støtteapparat".

All hjelp/langing må skje på høyre side av veien.
Langing/hjelp fra kjøretøy i fart er forbudt.
Private følgebiler er ikke tillatt

Ofte skjer ulykker ved at syklister ligger for nær hverandre (overlapping på for- og bakhjul kan resultere i fall dersom syklisten foran deg gjør en brå manøver).

Gi tydelige tegn/signal dersom du ønsker å endre plass i feltet.
Når en gruppe kommer i større fart og vil forbi en annen, må den gruppen som blir tatt igjen holde godt til høyre og redusere farten slik at forbikjøringen går raskt og sikkert!

Unngå brå bevegelser og rask oppbremsing – tenk på at noen kanskje ligger bak deg. Signaliser farer i veien for de bak deg.

Dette er et turritt – det spurtes ikke i målområdet.

Det er ikke tillatt med høretelefoner

PRAKTISK INFORMASJON OG SMITTEVERN

Husk å levere tidtakerbrikke tilbake til sekretariatet og/eller gi beskjed dersom du blir forhindret fra å delta eller fullføre. Mistet/ikke tilbakelevert tidtakerbrikke koster deltakeren kr. 800.-.

Dersom det er behov, er det mulig å få fraktet merket bag/bagasje med rittets følgebil.

Toaletter er tilgjengelig på Polarsirkelsenteret og på ACR. Pga smittevernhensyn vil det ikke bli tilbud om garderobe. Følg ellers myndighetenes råd og regler om smittevern.

Alle som skal inn på indre bane og til målområdet må registrere seg på utlagt liste ved sekretariatet.

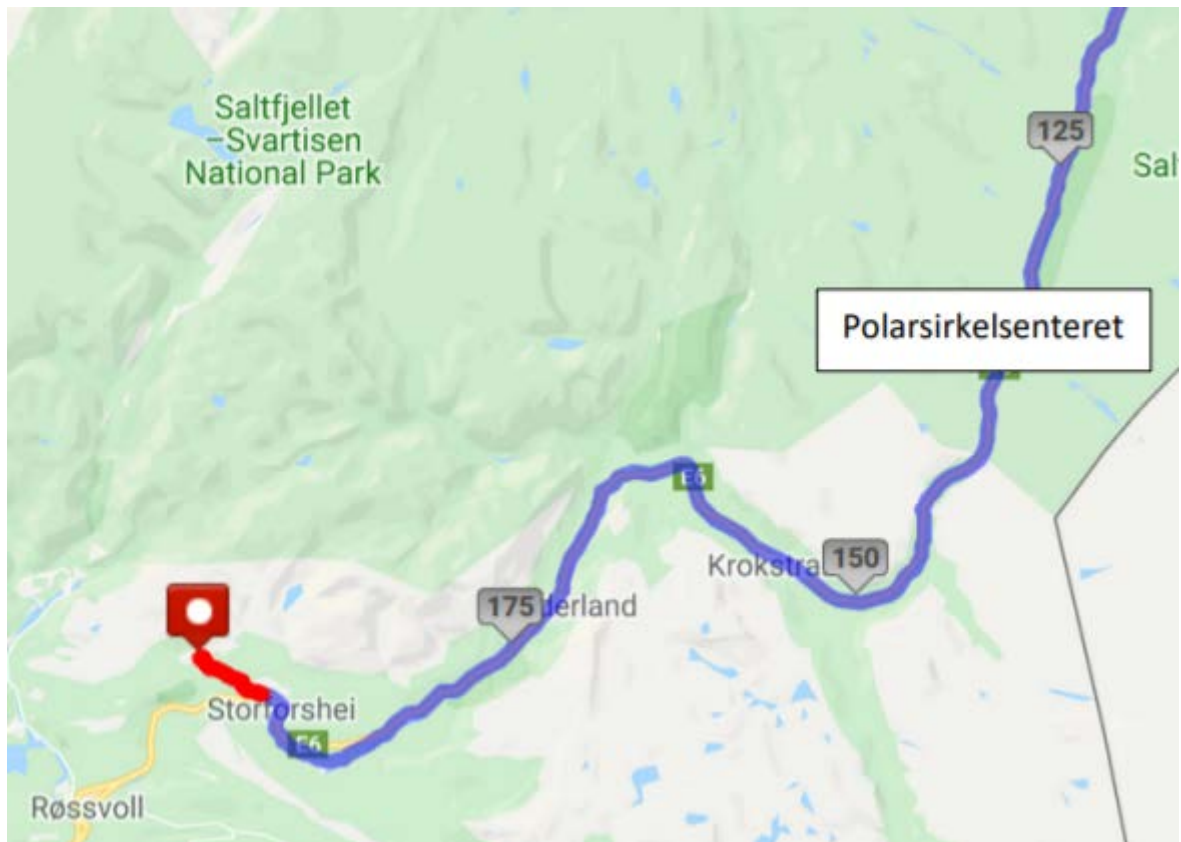
Frist for påmelding: 10. august kl 23:59. Det vil ikke være mulig med etterpåmelding.

Ta med deg søppel!

Om du har spørsmål ta gjerne kontakt med oss før rittet på tlf 481 51 531 eller se ranasykkelklubb.no



Trase



På Storforshei tar man av fra E6 og følger Ørtfjellveien til ACR, en runde på banen før målgang

Start



Målområde



Arrangøren har fått bistand og sponsing fra flere aktører, og vi takker disse.

helgelandsparebank

Bilalliansen

