

Praktisk information

Start- och målplats i Örebro

Tybblelundshallen Örebro.

Startkuvert

Startkuvert finns att hämta vid starten, på startdagen fredag den 22 maj från kl. 06:30

Övernattning torsdag - fredag

Se länk Visit Örebro - boende

Cykel och hjälm

Kontrollera att din cykel är i gott skick innan start. Justera bromsar och lägg på "fräscha" däck. Du måste ha godkänd cykelhjälm för att få starta.

Elcykel, triathlonstyre/tempobåge, liggcykel eller trehjuling är inte tillåtet.

Läs på om vilka regler som gäller för din cykel i trafiken. Se länk till Transportstyrelsen nedan.

Rätt klädsel

Vi hoppas naturligtvis på bra väder, men du måste vara beredd på att det kan bli både kallt och regnigt. Ta därför med kläder både för varm, kallt och regnigt väder. Glasögon skyddar mot stenar, flugor och fartvinden.

Packlista

I dokumentet nedan finns förslag på vad som är bra att packa med. Du behöver inte ta med fotpump och meksaker, det finns hos vår cykelservice. Tänk också på att din madrass inte får vara bredare än **90 cm** och att **tältsäng inte är tillåten** att ta med.

Trafikregler

Vanliga trafikregler enligt trafikförordningen gäller och funktionärernas anvisningar måste följas.

Åldersgräns

Du måste fylla minst 18 år under året för att få starta.

Försäkring

Deltagandet sker på egen risk, men eftersom loppet är sanktionerat av SCF omfattas du av en kollektiv olycksfallsförsäkring.

Återbetalning av startavgift?

Örebrocyklisterna återbetalar inte startavgiften om du får förhinder att starta. Du kan försäkra dig genom Startklar som då återbetalar startavgiften om du skulle



bli sjuk. Mer information om Startklar kan du få på deras www.startklar.se

Ändra deltagare till en startplats/namnbyte

Om du vill ändra deltagare till en startplats, så skicka ett mail till vanern@orebrocyklisterna.se för att få instruktioner för byte. Du behöver skicka mail om ändring senast den 11 maj 2020. Kostnad 200 kronor.

Tidtagning

Vänern Runt är ett motionslopp - ingen tidtagning sker.

Speciell kost

Du som önskar speciell kost (Glutenfri, laktosfri etc.) måste ange detta vid anmälan.

Bansträckning

Tänk på att det är banmarkeringen som gäller under loppet.

Vi använder GPSies som underlag för kartorna, och du kan vid respektive runda nedan klicka dig vidare till nerladdning av kartfiler som GPS-spår för överföring till din cykeldator. Du hittar även kartorna som PDF-filer och en del andra varianter via GPSies.

Dag 1 Örebro-Åmål

Längd: 245 km

Höjdmeter: 2371 m

Dag 2 Åmål-Mariestad

Längd: 230 km

Höjdmeter: 1658 m

Dag 3 Mariestad-Örebro

Längd: 130 km

Höjdmeter: 1143 m
