



PM Ultimata Kolmården 2009

Samling

Grusplanen på Åby IP, Källhagsvägen 1 Åby. Camping på målplatsen kan ske från fredag sen eftermiddag.

http://kartor.eniro.se/query?&what=map_adr&mop=aq&searchInMap=1&mapstate=7;16.172689039298657;58.666977874595034;s;16.15498979218115;58.67310618604886;16.19038828641616;58.6608495631412;1281;837&mapcomp=:::K%E4llhagsv%E4gen;1;61630;%C5BY;;;:16.167702285458738;58.669257671184496;0;0;;NORRK%D6PING;maps_address.2444691.11;0&geo_area=k%E4llhagsv%E4gen%201%20%E5by&stq=0&pis=0

Utdelning av startpåsar från 04.00 på lördag morgon. Innehåller nummerlapp som ska sitta på höger ben, kartor och startkort (ja vi kör stiftklämmor).

Boende

Boende före och efter tävlingen är bäst på det nyöppnade vandrarhemmet i Åby precis vid Pizzeria Gofa, bara 500 m från start och mål. Vandrarhemmet drivs av samma folk som har anläggningen i Sörsjön. Boka eller bekräfta era redan gjorda bokningar genom att kontakta;

Roland Hercules
mobil: 0708-128227
roland@sorsjon.se

www.sorsjon.se

Kajaktransport

Nomado Kayak står för transport av kajaker från TC till ilägg och från upptaget till målet. Villkoret är att kajaken ligger klar på Åby IP klockan 04.00 på lördag morgon och att man hjälper till att lasta kajakvagnarna. Nomado Kayak har spännband. Paddlar och flytvästar läggs antingen i kajaken eller i en speciell hög. Denna hög återfinns vid ilägget, dock i lite ändrad struktur. Märk era grejor.

Start

Gemensam start sker på Åby IP klockan 06.00.

TC, faciliteter

Vatten finns i dunk vid växlingen samt i omklädningsrummen. Toa och dusch finns i omklädningsrummen.

Rejlers-Kolmården Adventures har bemanning på TC under hela tävlingen. Närmaste matställe är Pizzeria Golfa, i Åby centrum, telefon 011-64144.

Priser

- Vandringspris till segrarna i dam- och herrklassen.
- Penningpriser till de tre främsta i dam- och herrklassen.
- Specialpris till den solotävlande med kortaste totala växlingstiden.

Utlottning av varupriser till de som fullföljt. Läskbubbel till alla som går i mål. Prisutdelning sker strax efter att de tre första i varje klass gått i mål.

Regler

Rent spel och **Good sportsmanship** gäller som ledstjärnor för hela tävlingen. Låt oss köra banan på samma sätt allihop och se vem som klarar det bäst.

En **avvikelse** på högst 50 m från markerad bana (gäller paddling och MTB) är tillåten. Vid större miss gäller återgång till banan på sådant sätt att tid ej tjänats.

Obligatorisk utrustning hela tävlingen; Mobiltelefon med telefonnumret 070-555 77 81 till målet inlagt, meddela eget telefonnummer vid uthämtning av infopåsen.

Maxtid 24 timmar.

Betalning

300 kr per deltagare sätts in på Kolmården Adventures bankgiro 5589-0545, eller i värsta fall kontant vid uthämtning av startpåsen.

Frågor

Besvaras av Ola Olsson på olao@home.se eller på telefon 070-6425994

Sträckor och sträckregler

Världsrekordrundan by 

Första sträckan är en löp/paddelsträcka. Den börjar med 4 km löpning till badplatsen i Graversfors, mestadels längs med gamla banvallen. Första biten är omlagd från i fjol pga nytt staket vid järnvägen. De längsta lyften är snitslade. Se upp för trafik vid passage av riksväg 55 under lyftet till Svängbågen. Obligatorisk inskrivning i gästboken på ön i SO Svängbågen, brevlådan sitter mot en tall på västra sidan ön, ön som kraftledningen går över. Långa lyftet är väl snitslat och följer gamla traktorstiggar som till i år är röjda från sly och smågranar. Lämna kajaken vid skjutbanan efter avslutad paddling. Nomado Kayak står för tillbakatransporten. Tack för det, Nomado-Erik!

Idealtid 3h30min

Alternativa FMT by



MTB-cykling på tekniska stigar. Banan är något omlagd från förra året för att få upp fartkänslan. Sparsam stödsnittsling är gjord i stigmorsningar. Kartställ rekommenderas. Inga snitslar finns längs Östgötaleden som går mellan Sörsjön och Lilla Älgsjön. Se upp på skyltning och att andra vandringsleder korsar Östgötaleden. Det står inte alltid "Östgötaleden" på skyltarna, åk mot Graversfors-Mela-Hjälmarsö-Lilla Älgsjön. Slingan vid Lilla Älgsjön får köras åt valfritt håll.

Blå rutor på kartan indikerar tillgång till vatten, typ renare sjö, vattendrag eller ev pump.

Idealtid 4h30min

TioToppar by Kolmårdens Friluftsservice

Relativt lätt orientering i Kolmårdens bästa orienteringsterräng. Först två obligatoriska kontroller och sedan 10 kontroller som man får ta i valfri ordning (A-J) och sedan två obligatoriska och nästan sadistiskt placerade kontroller i slutet av banan. Vid kontroll J finns en brevlåda och där gäller som i paddlingen obligatorisk inskrivning med namn och tid samt eventuell hälsning.

Första kontrollen är flyttad upp på berget för att undvika onödiga korsningar av järnvägen.

Det blir mörkt vid tio och efter 21.30 behövs kartläsningslampa. Eftersom den uppskattade etapptiden är knappt 3h för de bästa bör man ta med pannlampa om man går ut på sträckan efter 18.00.

Idealtid 2h30min

Väl mött!

Önskar

Rejlers-Kolmården Adventures genom Ola Olsson



Generating ideas, every day!



Allt i paddling



Bra inomhusträning