

PM Ultimata Kolmården 2012

Välkomna till den femte upplagan av soloslitet!

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 sker från 04.30 på lördag morgon. Innehåller nummerlapp som ska sitta på lämpligt ställe, kartor, plastfickor och startkort (ja vi kör stiftklämmor).

Boende

Boende före och efter tävlingen är bäst på vandrarhemmet i Åby precis vid Pizzeria Golfa, bara 700 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.abyvandrarhem.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 05.00 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.

Det är lätt att själv lägga sin kajak på plats. Vi försöker få bommen öppen så att det går att köra bil hela vägen till ilägget.

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.
- Ett kartställ för cykel från O2-innovationer till den tävlande med kortaste totala växlingstiden.

En magnumflaska cider 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 gör det snabbast.

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 072-2103819 till målet inlagt, meddela eget telefonnummer vid uthämtning av infopåsen.

Maxtid 24 timmar.

Betalning

350 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 072-2103819

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. 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 snitslat och följer gamla traktorstigar som är röjda från sly och smågranar. Lämna kajaken vid skjutbanan efter avslutad paddling. Nomado Kayak står för tillbakatransporten. Tack för det, Nomado-Erik!

Idealtid 3h

Alternativa FMT by



MTB-cykling på tekniska stigar. Sparsam stödsnittsling är gjord i stigmorsningar. Inga snitslar finns längs Östgötaleden mellan Mela och Lilla Älgsjön, GPS-track för nedladdning finns på hemsidan. Kartställ rekommenderas. Se upp på skyltning och att andra vandringsleder korsar Östgötaleden. Det står inte alltid "Östgötaleden" på skyltarna, åk mot 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. Bäst påfyllning finns i vattenkranar mellan småstugorna i Sörsjön samt en pump till höger innan man kommer till röda huset i Mela.

Idealtid 3h30min

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 tre 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.

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.

Var försiktig vid passering av järnvägen vid Dvardala!

Idealtid 2h30min

Väl mött!

Önskar

Rejlers-Kolmården Adventures genom Ola Olsson



Bra inomhusträning