

Powercup Solo Tidskørsel

Powercup udvalget - S.Ravn, J.Hansen, N.Jørgensen og J.Hjelmborg

10. maj 2021

Velkommen til Powercup Tidskørsel i Haarby

- Powercup Tidskørsel 6: 14. maj - 30. maj i Haarby, Akkerupvej 22, 5683 Haarby, arrangeret af Haarby MTB og Fjordager CC.
- Sted: Klik på link <https://goo.gl/maps/qmS5pXFQjRpM5Bg99> Parkering ved Montanas P-plads.

Der deltages efter gældende corona-restriktioner.

Proportioner

Der cykles følgende antal omgange i hver klasse:

Klasse	Aldersgruppe	Antal omgange
Herre motion	15+ i året	3
Dame motion	15+ i året	2
U15	13 eller 14 år i året	2
U13	11 eller 12 år i året	2
U11	9 eller 10 år i året	1
Sport	15+ i året	4
H40	40-49 år i året	3
H50	50-59 år i året	3
H60	60+ i året	2
Dame Sport	15+ i året	3

Afvikling - sådan gør du:

- Start dit stop-ur eller GPS ved start-punktet (se rute-beskrivelse).
- Kør det antal omgange, som svarer til din klasse (se tabel)
- Stop dit ur eller GPS når du passerer målstregen (se rute-beskrivelse).
- Indmeld din tid på det link, som du har fået tilsendt via e-mail fra Powercup Tidskørsel. Der kan kopieres et link ind fra din GPS-optagelse, fx fra Strava.
- Der spørges også til en score for spor, cykel og rytter på dagen
- Du er velkommen til at gentage forsøget - der kan indmeldes op til tre forsøg.
- Der kan indmeldes SENEST den sidste dag i løbsperioden.
- Resultater kan ses på: <https://my.raceresult.com/165773/>

Sikkerhed

Det anbefales kraftigt at cykle en prøve-omgang inden pulsen stiger for at besigtige alle elementer. Medtag en mobil-telefon. Cykelhjelme påkrævet som altid. Der kan være andre ryttere i sporet - vis hensyn som altid.

Information og kontakt.

For beskrivelse af Powercup Tidskørsel, tilmelding, kontakt og spor-kalender, se <http://www.powercup.dk>.

Detaljeret om ruten:

- Følg de blå MTB pile til start til mål. Ruten er ca 8.3 km lang og med ca 170 højdemetre. Se detaljer nedenfor.
- Vær opmærksom på: Der kan være rollespil i skoven på onsdage kl 17-22, men der kan godt cykles samtidigt.



Figure 1: Start- og målområdet.



Figure 2: Her starter ruten - uret kan startes og de blå pile følges sporet rundt - godt otte km per omgang.



Figure 3: Der holdes til venstre opad bakken.



Figure 4:



Figure 5:



Figure 6: Kort over Haarby-sporet.