



2021-10-09

KING OF ROCKLUNDA

Vilka blir "King och Queen of Rocklunda" 2021?

Utmaningen för dig som vill ta reda på hur tuff du är genom att under max 10 timmars tid gå, cykla eller springa i Rocklundaskogens MTB bana

Evenemanget för dig som vill vara med om en tokig idè och samtidigt göra en god gärning genom att skänka minst 100kr till Barncancerfonden



Vem vinner

Reglerna är enkla. Den man och kvinna som cyklar, går eller springer flest antal varv i Rocklundas MTB spår mellan kl 10.00 och 20.00 lördagen den 9/10 vinner och kan titulera sig "King eller Queen of Rocklunda"

Tävlingsklasser

Löpning / Herrar 6-99år
Löpning / Damer 6-99år
Cykel / Herrar 6-99år
Cykel / Damer 6-99år

Banan

Ordinarie MTB bana i södra Rocklundaskogen som är ca 5,4 km långt
Banan får anses vara jobbig och teknisk

När

Lördagen den 9 Oktober med start tidigast kl 10.00 och avslut senast kl 20.00

ANMÄLNINGSGÅVA

Minst 100 kr som oavkortat går till Barncancerfonden

ANMÄLAN

Anmälan på plats

Tävlingsklasser

Dam/Löpning:

Dam/Cykel:

Herr/Löpning:

Herr/Cykel:

Att kombinera löpning och cykel är tillåtet. Man anmäler sig då i klassen "Cykel"

Anmälan

Anmälan sköter man själv på plats genom inskrivning på varvningsprotokollet för sin klass. Vid anmälan noterar man sitt namn och tävlingsklass. Evenemanget ingår även som den sista deltävlingen i Västerås Cykelklubbs KM i MTB. Medlemmar i VCK noterar även i vilken åldersklass de tävlar i.

Regler

Ordinarie MTB spår måste följas men alternativa så kallade "B-spår" finns vid svårare partier.

Varvningsprotokollet måste uppdateras av den tävlande efter varje genomfört varv. Man noterar då klockslag för varvningen/målgång.

Man får starta och gå i mål när som helst mellan kl 10.00-20.00.

De som har som har följfullt flest varv fram till kl 20:00 vinner.

I det fall det är flera deltagare som har fullföljt lika många varv vinner den deltagare som avslutade sista varvet tidigast.

I målområdet är det tillåtet att stanna och vila hur länge som helst. Det är även tillåtet att lämna tävlingsområdet för att senare komma tillbaka och fortsätta tävlingen.

Vid haveri/skada som kräver att man måste besöka teknisk zon måste banan följas tills det att man når teknisk zon. I annat fall räknas 1 varv bort från resultatet.

Langning och teknisk hjälp endast i start och målområde.

Den tävlande som bryter mot reglerna, fuskar eller på annat sätt betar sig osportsligt (vilket naturligtvis ingen gör) bör dra sig ur tävlingen.

Deltagande sker på egen risk

Start och mål

Start och mål är på grusplanen längst söderut mot E-18 (GPS koordinater och karta)

Här finns det möjlighet att parkera ett begränsat antal bilar för förvaring av saker.

Övrig parkering kan ske på parkeringen vid IFKs vallabod. (se karta)

Tävlingsbana

Ordinarie MTB bana i södra Rocklundaskogen som är ca 5,4 km långt.

Ett undantag finns och det är den så kallade "knixen" längs upp på höjden ovanför Villa Utsikten som vi i år hoppar över.

Banan får anses som teknisk och svår. Någon annan cykeltyp än MTB eller möjligtvis CX rekommenderas inte.

Det finns alternativa enklare spår på 4 ställen utefter banan (B-Spår). Dessa finns vid SM-Dropet, Hågglundarn, Ahlbäcks Drop samt Åsen.

Sjukvård

Förbandslåda finns i målområdet.

Toalett

Finns i ABB Arena Nord (se karta)

Dusch

Möjlighet till dusch finns inte.

Teknisk zon

Hela start och målområdet ses som teknisk zon.

Vätskekontroll

Vatten i dunk för påfyllning finns vid varvningen.
Kontrollen är obemannad.

Prisutdelning

Vi tävlar om titeln, äran och lyckan över att hjälpa forskningen med det bidrag vi ger till Barncancerfonden. Vinnarna utses kl 20,00 samt presenteras på evenemangets Facebooksida. Eventuellt skänkta priser kommer att lottas ut där alla som fullföljt minst ett varv deltar.

Anmälningsgåva

Minst 100 kr som oavkortat går till Barncancerfonden eller gratis om man har något emot Barncancerfonden.

Anmälningsgåvan betalas på plats kontant eller med Swish.
Insamlingen till Barncancerfondens konto kan man se på nedanstående länk.
<https://www.barncancerfonden.se/king-of-rocklunda/>

Grill

Under eftermiddag - kvällen kommer en grill att tändas
Här kan det vara mysigt att fälla upp sin campingstol och ta fram den lilla filten för att värma sig eller grilla något medhavd.
Pass upp bara så att inte dina motståndare smiter förbi medan du har det som mysigast.

Bra att veta

Det här är ett enkelt arrangemang. Arrangemanget håller inte vedertagen hög nivå beträffande banmarkering, funktionärer eller annan service.

Inga funktionärer finns utefter banan och ingen förtäring finns att köpa.
Senaste informationen kan man hitta på evenemangets Facebooksida

Information och genomgång av regler kl 9,45
Det kommer att vara mörkt innan sista målgång. Lampa rekommenderas.

