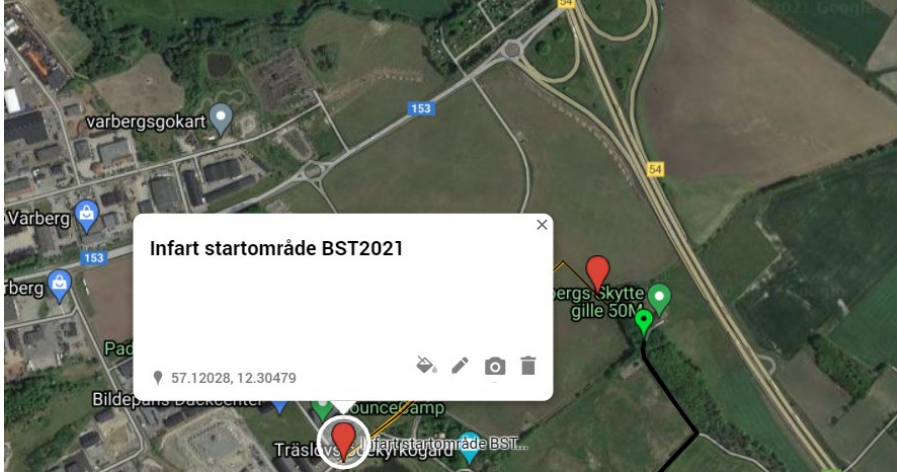


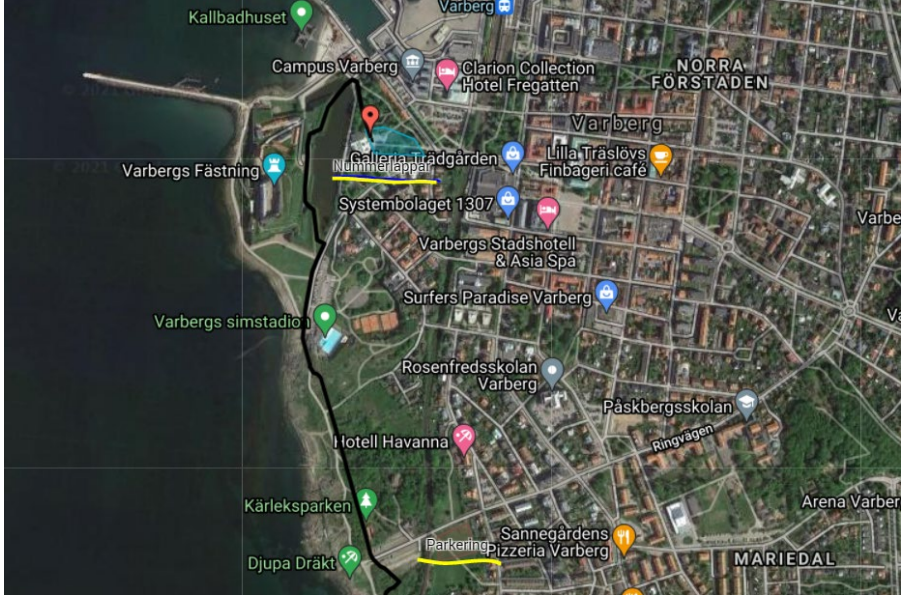
INBJUDAN/PM BOCKSTENSTUREN

100 km, 75 km, 50 km och 25 km

Alla deltagare skall ta del av och följa anvisningarna i detta PM. Detta PM anslås endast på vår hemsida (www.bockstensturen.nu) och på resultattavlan vid Sekretariatet.

Allt deltagande sker på egen risk.


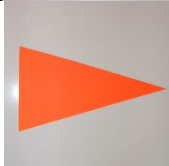



| | |
|---------------------|--|
| <p>Start</p> | <p>Lördagen och söndagen den 28–29 augusti vid Holmagärde industriområde. Ligger nära centrumavfarten till Varberg. Markerad cykelväg finns från Tävlingscentrum Societetsparken till startområde.</p>  <p>Lördagen den 28 augusti vid Holmagärde industriområde. BST100 Rullande start kl 10.00-11.00. Har man mycket bråttom startar man tidigt. Har man inte lika bråttom startar man senare. Observera att om man inte vill bli omåkt av snabba på 75km startar man sent. (efter 10.45) 10:45-11:00 Rullande start BST75. Har man mycket bråttom startar man tidigt. Har man inte lika bråttom startar man senare. Då BST75 "genar" på två ställen kan det innebära att BST100 åkare får köra förbi flera gånger. Vill man undvika bli omkörd startar man senare.</p> <p>Söndagen den 29 augusti vid Holmagärde industriområde. BST25 10:00-10.15 Rullande start Har man mycket bråttom startar man tidigt. Har man inte lika bråttom startar man senare. BST50 10:45-11.00 Rullande start Har man mycket bråttom startar man tidigt. Har man inte lika bråttom startar man senare.</p> <p>Startfällorna öppnar en halvtimme innan start!</p> |
|---------------------|--|

| | |
|--------------------------------|---|
| <p>Vägvisning</p> | <p>Följ trafikskyltar HAMN för att nå Varbergs fästning och tävlingscentrum (TS) i Societetsparken. Parkeringsplats och parkeringshus finns i närområdet. Följ skylt Evenemangsparkering för extra parkering (Kurtinen IP).</p>  |
| <p>Omklädning</p> | <p>I år finns ingen möjlighet till omklädning då utrymmena är stängda av kommunen på grund av Covid-19.</p> |
| <p>Startkuvert</p> | <p>Startkuvert hämtas ut i sekretariatet som ligger i Societetsparken. Startkuvert kan hämtas på fredagen 17:00-21:00, på lördagen 07:00-10:30 och på söndagen 07:00-10:30. Du hämtar ut ditt kuvert genom att uppge startnummer som anslås utanför Sekretariatet.</p> |
| <p>Tidtagningschip</p> | <p>Tidtagning sker med Chip. Chipet sitter på din cykelskylt. Det är viktigt att du har chip och nummerlapp med dig hela vägen till mål.</p> |
| <p>Efteranmälan</p> | <p>I år finns ingen möjlighet till efteranmälan på plats med anledning av Covid-19. Efteranmälan kan göras via hemsidan fram till och med torsdag 26 augusti 24:00.</p> |
| <p>Startnummer</p> | <p>Startlistor finns uppsatta vid sekretariatet. Startnumret återfinns också på adresslappen på kuvertet. OBS! Kontrollera att startnumret är detsamma på rygg- och cykelskylt. Skriv gärna namn och telefonnummer på baksidan av ryggskylten till någon vi kan kontakta vid en eventuell olycka.</p> |
| <p>Insläpp i fållor</p> | <p>Fållorna öppnas 30 minuter innan respektive start. Observera att vi i år har nytt startområde vid Holmagårde industriområde. Se ovan.</p> |
| <p>Banmarkering</p> | <p>Orange pilar på låga stolpar, plastband och markering på marken. Kom ihåg att Du själv ansvarar för att åka rätt. Vid de flesta vägkorsningar finns banvakter vars anvisningar skall följas. Kom dock ihåg att flaggvakterna finns där för din säkerhet, inte för att visa vägen. Längst bak i PM:et hittar du olika symboler som används utmed banan. Tänk också på att gällande trafikregler skall efterlevas.</p> |
| <p>Maxtid på banan</p> | <p>Sista passering vid Nackestugan (depå 3) är klockan 16:00, vid Korndal (depå 4) klockan 17:00 och vid VMTB Klubbstuga (depå 5) klockan 18:00.</p> |

| Depåer | <p>Alla depåer har vatten och sportdryck. På de två sista depåerna finns även kaffe. Det finns bananer och annat gott.</p> <p>Depåerna finns efter följande distanser:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Depå 1</th> <th>Depå 2</th> <th>Depå 3</th> <th>Depå 4</th> <th>Depå 5</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>BST100</td> <td>22 km</td> <td>39 km</td> <td>62 km</td> <td>75 km</td> <td>92 km</td> </tr> <tr> <td>BST75</td> <td>22 km</td> <td>35 km</td> <td>-</td> <td>50 km</td> <td>67 km</td> </tr> <tr> <td>BST50</td> <td>-</td> <td>-</td> <td>-</td> <td>25 km</td> <td>42 km</td> </tr> <tr> <td>BST25</td> <td>-</td> <td>-</td> <td>-</td> <td>-</td> <td>17 km</td> </tr> </tbody> </table> | | Depå 1 | Depå 2 | Depå 3 | Depå 4 | Depå 5 | BST100 | 22 km | 39 km | 62 km | 75 km | 92 km | BST75 | 22 km | 35 km | - | 50 km | 67 km | BST50 | - | - | - | 25 km | 42 km | BST25 | - | - | - | - | 17 km |
|---------------------------------------|--|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|---|-------|-------|-------|---|---|---|-------|-------|-------|---|---|---|---|-------|
| | Depå 1 | Depå 2 | Depå 3 | Depå 4 | Depå 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| BST100 | 22 km | 39 km | 62 km | 75 km | 92 km | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| BST75 | 22 km | 35 km | - | 50 km | 67 km | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| BST50 | - | - | - | 25 km | 42 km | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| BST25 | - | - | - | - | 17 km | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Bandelningar | <p>Uppmärksamma Bandelningarna! BST75 efter 26 km och efter 47 km (utförsbacke) BST30 efter 2 km</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Langning | <p>Fri langning. Observera att det är förbjudet att med MC följa cyklisterna på banan. Langning får inte ske inom depåområdet.</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Teknisk zon | <p>Finns inga Tekniska zoner 2021.</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Regler och förhållningssätt | <p>Svenska Cykelförbundets tävlingsregler TR 1, TR 4 och TR 12 samt vanliga trafikregler gäller under hela arrangemanget. Allt deltagande sker på egen risk. All nedskräpning i naturen är förbjuden enligt lag (upp till 1000kr i böter). Skräp kan slängas vid depåerna. Skräpzonen.</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Licens | <p>Ingen tävlingslicens behövs i år då det endast är motionsklasser. Motionsförsäkring ingår i startavgiften även om du har annan licens.</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Avbruten tävling | <p>Vi hoppas naturligtvis att alla kommer att genomföra loppet. Om oturen ändå är framme måste du se till att bli avregistrerad vid mål. Du behöver inte lämna in ditt chip. Kontakta sekretariatet på plats, via mail info@bockstensturen.nu eller via telefon 0703-103466.</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Transport vid avbruten tävling | <p>Tvingas du bryta kan du ta dig till någon av depåerna och meddela att du behöver transport. Snabbast är dock att själv cykla någon av de större vägarna tillbaka till Varberg. Telefonnummer till brytbil är 0761-257713.</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sjukvård | <p>Utmed banan finns Rödakorsetgrupper och mc-ordonnanser. Vid akutfall larma SOS 112 annars nås säkerhetsansvarig Emil Abrahamsson på nummer 0703-372210 och rödakorset på 0768-034 925</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Cykeltvätt | <p>Möjlighet att tvätta cykeln finns vid södra fästningshörnan.</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Kvarglömt | <p>Skicka e-post till info@bockstensturen.nu.</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | |
|--------------------------------------|---|
| <p>Covid 19</p> | <p>För publiken gäller Folkhälsomyndighetens föreskrifter och allmänna råd om allas ansvar att förhindra smitta av covid-19 m.m. Detsamma gäller för idrottsutövare som befinner sig utanför start- och målområdet.</p> <p>Vad kan jag göra för att minska smittspridningen?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stanna hemma om du är sjuk eller känner symptom • Håll avstånd (ex håll cykeln i höger hand) • Tvätta eller sprita händerna när möjlighet finns • Res till evenemanget på ett sätt som minskar smittspridning • Följ skyltar och anvisningar • Gör cykelservice och inköp inför på egen hand • Fyll på din vattenflaska hemma |
| <p>Återbud och försäkring</p> | <p>Om vi tvingas ställa in loppet på grund av Covid-19 kommer vi betala tillbaka hela startavgiften. Vid eget återbud betalar vi inte tillbaks startavgiften.</p> <p>För dig som motionär rekommenderar vi Svenska Cykelförbundets nya motionsförsäkring, då är du försäkrad även när du tränar. Mer information hittar du här.</p> <p>Några andra försäkringar på marknaden som bland annat kan ge startavgiften tillbaka är:</p> <p>Folksams Motionsloppsförsäkring</p> <p>Startklar (Svedea)</p> |

Banmarkeringar

| Symbol | Förklaring |
|--|------------------------|
|  | Rakt fram |
|  | Sväng höger |
|  | Sväng vänster |
|  | Fara |
|  | Bro eller smal passage |
| Allmän väg | Utfart på allmän väg |

Banmarkeringens pilar är så kallade Enduropilar.

