



VinterCup 2014/15 - 5. afdeling

Søndag den 1. Marts 2015 ved Aabenraa svømme & idrætscenter Hjelmalle`3

Instruktion.

Start og mål:

På dyrskuepladsen over for idrætscentret

NB: Som sædvanlig er der mundtlig instruktion klokken 9:30

Omlædning og bad:

Der er omklædning og bad for herrer i hal 2 , mens damerne skal benytte sig af faciliteterne i hal 1

Kort:

Der er generelt god overensstemmelse mellem kort og terræn, men særligt i skovområderne kan der forekomme uoverensstemmelser mht. stier, grøfter, vandløb m.m.

Banelæggerne har bestræbt sig på at skabe nogle orienteringsmæssigt udfordrende baner med flere vej- og rutevalgsmuligheder, og terrænet er søgt optimalt udnyttet i forbindelse med postplaceringer.

Banerne og posternes placering er generelt tilrettelagt, så det er muligt at anvende terrænet optimalt uden at bryde reglerne. Men for en sikkerheds skyld skal det anføres, at det er forbudt at færdes på tilsåede marker og i private haver, samt at cykle uden for veje, stier og spor i skovene. Al færdsel udenfor veje, stier og spor i skoven skal foregå til fods.

Kørsel er naturligvis forbudt på skraverede områder.

Vigtigt:

Færdselsreglerne skal overholdes, og der skal udvises hensyn til andre i trafikken, såvel på vejene som i skovene.

Cykelvask:

Der er mulighed for cykelvask ved hallen, med mindre frosten sætter ind.

Snavset fodtøj.

Når I vender tilbage til hallen, så tag det snavsede fodtøj af, inden I går indenfor. Kom fodtøjet i en af de poser, som er anbragt til selvsamme formål.

Kør forsigtigt og vis hensyn. Det er trods alt kun for motionister og for sjov!

Danfoss Cykelklub og NSU Cykleklub ønsker alle velkommen, og vi ønsker jer en god dag i naturen omkring Aabenraa