

# Indbydelse til 3. afdeling af MTB-vintercup Silkeborg tirsdag den 8. januar 2008

- Mødested/omklædning: Silkeborg Hallerne, Søholt  
Ansvej 114,  
8600 Silkeborg
- Start/mål: Nordskoven – ca. 4 km fra omklædning.  
Start kl. 11.00.
- Klasseinddeling: Klasse 1: 21-39 år (åben klasse)  
Klasse 2: 40-49 år  
Klasse 3: 50-59 år  
Klasse: 4: 60-  
Begynderklasse: alle nye uanset alder  
Der oprettes separat dameklasse hvis mindst 3 tilmeldte.
- Rute: Kuperet rundstrækning på ca. 3,7 km i Nordskoven i  
Silkeborg. En rundstrækning på en god blanding af single-  
tracks, skov og grusveje. En rute, hvor alle kan være med.  
Rutebeskrivelse, samt højdekurve vedlægges.
- Klasse 1: 7 omgange  
Klasse 2: 6 omgange  
Klasse 3: 6 omgange  
Klasse 4: 5 omgange  
Begynderklasse: 5 omgange
- Løbet afsluttes og betragtes som fuldført første gang man  
passerer målstregen efter vinderen i egen klasse er kommet  
i mål.
- Ruten afmærkes med pile og rød/hvid minestrimmel.
- Pris: Startgebyr: 50 kr.  
Afslutning: 50 kr.  
Betaling kontant på løbsdagen.
- Tilmelding: senest torsdag den 3. januar 2008 til Silkeborg Politi  
Ildrætsforening, Chr. D. 8. Vej 2C, 8600 Silkeborg
- Gerne på [fgr003@politi.dk](mailto:fgr003@politi.dk) eller [obe002@politi.dk](mailto:obe002@politi.dk)
- Information: Ole Bech/Flemming Grøndahl  
8723 1448, lok. 4411/4417

### Info om ruten:

Ruten/rundstrækningen er på 3,7 km med ca. 70 højdemeter.

Ruten er således kuperet, men knap så kuperet som sædvane i Silkeborg (DPM ruten i Silkeborg havde ca. 105 højdemeter og en længde på 4,0 km). Til gengæld er den en anelse mere teknisk, men bestemt ikke mere end alle kan være med. Et par bakker er dog blevet plads til, hvoraf specielt den ene godt kan bide lidt i lårbasserne. Det betyder så til gengæld også et par herlige nedkørsler.

Der køres på skovstier med en del singletracks.

Der er mål på toppen af Rævebakken (den skal vi dog ikke op ad i år), men for at få spredning på feltet startes i dalen syd for Rævebakken op ad en bakke/stigning med en længde på 600 m og gennemsnits stigning på 5 %. Her er god bredde til overhaling/finde sin placering inden ruten går over i singletrack.

Herefter kommet et teknisk stykke på 1.5 km på højderyggen, hvor det går lidt op og ned. Her kan godt hentes nogle sekunder, hvis der "holdes på".

Dernæst – ned ad – en herlig snoet nedkørsel med en længde på 650 m - singletrack.

Så er det, at det godt kan komme til at bide lidt for nu venter en opkørsel på 280 m med en gennemsnits stigning på 14 %. Men rimelig reel, så der er god mulighed for at cykle hele vejen op, men lille klinge foran anbefales.

Rundstrækningens 2. nedkørsel venter med en længde på små 400 m for at ankomme til startstedet og igen op ad ovennævnte 600 m stigning til målområdet/Rævebakken, hvilket så også er identisk med opløbsstrækningen.

God tur.

