



DANSK POLITIIDRÆTSFORBUND



Indbydelse til **2. afd.**
af **MTB-vintercup**

Tirsdag d. 12. november 2013

Arrangør: PI-Vejle

Velkommen

På vegne af Politiets Idrætsforening i Vejle vil jeg gerne byde alle deltagere, ledere og officials velkommen til MTB VinterCUP i Vejle.

Vintercuppen afholdes i Nørremarks-skoven i Vejle med udgangspunkt i omgivelserne omkring Vejle Idrætshøjskole. Her er gode rammer til en rute, der især kræver gode ben, men også en god teknik. I den anledning vil jeg gerne rette en stor tak til Vejle Idrætshøjskole, som velvilligt stiller Idrætshøjskolen til rådighed. Også en stor tak til Vejle Kommune for "lån" af Nørremarks-skoven.

Jeg vil på Idrætsforeningens vegne gerne takke MTB-afdelingen, som har stået for det praktiske arbejde m.h.t. planlægning, rutefastlæggelse samt afvikling af løbet. En stor tak skal også lyde til alle, der har hjulpet op til stævnet, og til dem der deltager som officials på stævnedagen.

Alt i alt har Vejle PI forsøgt at skabe de bedst mulige rammer for alle deltagere. Så med håbet om en rigtig god dag i idrættens og ikke mindst i det sociale samværs tegn byder jeg endnu engang velkommen til MTB VinterCUP i Vejle 2013.

*Anette G. Thomsen
Formand Vejle PI*



Stemningsbilleder fra MTB CrossOathlon 2011

Praktiske **oplysninger**

Stævnekontor	Vejle Idrætshøjskole, Ørnebjergvej 28, 7100 Vejle – åben fra kl. 0930.
Omklædning og bad	Vejle Idrætshøjskole, Ørnebjergvej 28, 7100 Vejle – åben fra kl. 0930.
Cykelrengøring	Vejle Idrætshøjskole, Ørnebjergvej 28, 7100 Vejle – åben fra kl. 0930.
Start	Kl. 1030 – 1000 meter fra Idrætshøjskolen – følg afmærkningen. Ruten åben fra kl. 0930
Forplejning	Der vil være frugt og vand til alle i målområdet.
Præmier	Vingaver til vinderen i samtlige klasser.

Afslutning	Kl. 1330 på Vejle Idrætshøjskole med spisning og præmieoverrækkelse.	
Klasseinddeling	Klasse 1: 21-39 år	Skal køre 5 runder á ca. 5 km
	Klasse 2: 40-49 år	Skal køre 4 runder á ca. 5 km
	Klasse 3: 50-59 år	Skal køre 4 runder á ca. 5 km
	Klasse 4: 60-	Skal køre 4 runder á ca. 5 km
	Begynderklassen:	Alle nye deltagere - Skal køre 3 runder á ca. 5 km
Pris	Startpenge: 75 kr.	Spisning: 100 kr.

Tilmelding skal ske til Keld Schou-Jensen på KSC005@politi.dk og betaling skal ske ved bankoverførsel til konto: reg.nr. 0758 kontonr. 3222716283 (Middelfart Sparekasse) senest, den 7. november. Tilmeldingen er registreret og bindende, når betaling er modtaget.

Det vil lette vores arbejde, hvis hver idrætsforening vil lave en samlet tilmelding og betaling.

Rutebeskrivelse

Ruten er en blanding af singletracks, smalle skovstier, brede grusveje, udfordrende nedkørsler og til tider seje opkørsler, der nok skal få pulsen i vejret.

Starten vil være en fællesstart og vil ligge et stykke ude på ruten. Målstregen passeres, hvorefter runderne tælles. Fra passage af målstregen køres der ca. 75 m, før turen går ind i skoven ad en smal nedkørsel på ca. 40 m. Herefter svinges der skarpt til højre og videre ad en lidt bredere sti, der kan, hvis vejret vil det, være mudret, men da det går en smule ned ad det meste af vejen, er den bestemt til at køre på. Efter ca. 200 m svinges der skarpt til venstre, og en mindre nedkørsel venter. Den ender med et skarpt venstresving på en lidt bredere grusvej. Efter ca. 200 m. kommer der en tvungen vandpassage efterfulgt af en stigning ad en smal skovsti. Stien fortsætter et godt

stykke op for derefter at svinge til højre, og en mindre nedkørsel ad singletrack skal gennemkøres. Den ender brat i en bropassage, hvor der kort forinden godt kan forekommer mudder – igen afhængig af vejret. Herefter følger en lidt mere krævende del af ruten, hvor der efter broen skal svinges skarpt til højre og op ad en mindre stigning. Herfra fortsættes ad singletracks på siden af en større skråning, hvor der til højre er langt ned og til venstre langt op. Efter ca. 50 m kommer vel nok rutens skrappeste stigning, der bedst som man tror den er færdig, fortsætter endnu et stykke op. På toppen kan der pustes ud, hvorefter rutens længste nedkørsel dukker op. En nedkørsel, der kan give god fart på cyklen, men også en nedkørsel, hvor tungen skal holdes lige i munden, og farten nok skal drosles lidt ned. Nedkørslen slutter med et skarpt venstresving, hvor der to steder ligger

**Støt vore annoncører
- de støtter os.....**





SPAR BÅDE TID OG PENGE PÅ DIT FORENINGSBLAD

Mangler du et foreningsblad, eller har du allerede ansvaret for et, kan vi tilbyde at løfte opgaven med produktionen. Et foreningsblad er ofte det vigtigste bindeled mellem forening og medlemmer.

Vi har mange års erfaring i produktion af foreningsblade, og kan være behjælpelige med layout, tryk, distribution og eventuelt annoncesalg til hel eller delvis finansiering af bladet.

Vi kan også altid give et godt tilbud på dine øvrige trykpgaver, f.eks. programmer, billetter, plakater, flyers og visitkort.

Kontakt os for en uforpligtende snak, vi deler gerne ud af vores erfaring...



FL SPORTMARKETING

Agerbakken 21 · 8362 Hørning · 7022 1870

www.fl-sportmarketing.dk · fl@fl-sportmarketing.dk



rafter gravet halvvejs ned i jorden, så vandet kan løbe af stien. Pas på ikke at bremse på dem eller at passere dem skævt. De er glatte og kan medføre styrt. Nedkørslen går over i en meget smal singletracks, hvor teknikken skal stå sin prøve. Man kører nærmest i en mindre grøft. Herefter følger man ruten til en valgfri vandpassage eller en lille omvej over en bro. Der svinges til venstre, og her skal der holdes til venstre, idet der forekommer modkørende ryttere. Der køres ca. 400 m ad grusvej, hvor der også forekommer en stigning. Det var her starten gik fra. På toppen fortsættes ad grusvej og ca. 100 m længere fremme køres ind i skoven ad singletracks. En kort stigning og der

køres nu oppe på plateauet gennem nåleskov. Ud på grusvejen og til højre. Her kan man til venstre skimte målstregen, men inden den passerer skal "skibakken" passeres. "Skibakken" er en rimelig stejl nedkørsel gennem nåleskov. Ved grusvejen svinges til venstre, og igen skal der holdes til venstre, da der forekommer modkørende ryttere. De sidste 100 m af ruten op mod målstregen køres ad singletraks, der munder ud i en lidt bredere skovsti. Jeg sagde op mod målstregen, for her er vel nok rutens næst stejleste opkørsel, hvor pulsen med garanti også vil stige for selv de bedste. På toppen svinges til venstre rundt om et stort bøgetræ, og målstregen passerer.

Stævneledelse

Stævnekontor

Lisbeth Møller Kristensen
Keld Schou-Jensen 72583593

50 m fra Idrætshøjskolen – ved MÅL.

Stævnekasserer

Lisbeth Møller Kristensen

Ruteansvarlig

Poul Moubøe



MTB CrossOathlon

- "Hvad gør vi forkert"???

På grund af flere aflysninger af CrossOathlon, så kunne vi rigtig godt tænke os at vide, hvad vi gør forkert, siden vi må aflyse gang på gang. Er det O-løbet, der er for svært - skal der være O-løb med i konceptet; eller????? Vi vil rigtig gerne høre fra dig.

Hvis du ikke var med for 3 år siden, vil vi her løfte sløret for, hvad du egentlig gik glip af.

En god blanding af MTB singeltrack, crossløb på kuperet afmærket rute samt et let orienteringsløb.

Der var to ruter - en for dem i almindelig træningsform og så en for dem med lidt større udholdenhed.

Kom med dine kommentarer på pjm002@politi.dk eller på KSC005@politi.dk





