

Inbjudan Svenska Polismästerskapet i Multisport 2020

Svenska Polisidrottsförbundet i samarbete med Isaberg Extreme bjuder in till Polis SM i Multisport.

Paddla, cykla MTB och spring trail på och runt Isaberg. Du kan tävla i solo eller duoklass. Årets Isaberg Extreme är också Polis SM i Multisport 2020. Deltagare i Polis SM räknas både i den ordinarie tävlingen och Polis SM.

Datum

Lördag 18 april

Start kl 12.00 start för alla klasser.

Anmälan

<https://race.se/races/6575/about>

TC

Tävlingscentrum är vid nedre värmestugan i Isaberg Mountain Resort. Avfart från RV 26.

Parkering

Parkering tävlande finns i vid receptionsbygg Isaberg Mountain Resort och avlastning kajaker på rastplats från RV 26 mot Algutstorpasjön (vid paddelstarten).

Klassindelning

Herr och dam solo

Classic herr och dam (minst 50 år)

Duo (tvåmannalag med valfritt kajak el canadensare)

Startavgifter

Solo 600 kr. Efter 1 april 700 kr och efter 10 april 800 kr.

Duo 800 kr. Efter 1 april 900 kr och efter 10 april 1000 kr.

Hyra av kajak/kanot tas direkt med GI på gimulti@gmail.com

Utdelning av tävlingsmaterial

Tävlingsmaterial kan hämtas vid TC från kl 10:00 på tävlingsdagen.

Klassindelning

Soloklasser Herr och Dam.

Som del av soloklasserna tas det ut egna listor för classic (minst 50 år) för Herr och Dam. Duoklass 2 personer av valfritt kön. Man kan välja antingen dubbelkajak, kajaker eller kanadensare (om kanadensare endast enkelpaddlar)

Alla tävlande kör samma bana!

Alla startar med paddling. Vändning paddling är runt en boj i S Gussjön. Paddlingen innehåller 1 lyft och där ska det också stämplas.

Efter paddlingen är det löpning. Stämpling på Isabergstoppen två gånger och vid passering TC ut på sista slingan.

Tävlingen avslutas med cykling och genomförs i en bana som ska köras 2 varv. Stämpling vid varvning. Mål och växlingsområde vid Värmestugan vid foten av Dalbacken i direkt anknytning till Stugbyn.

Paddling

Alla klasser starter med paddling och starten går i vattnet.

Paddlingen går i Algutstorpasjön, Vikaresjön och S Gussjön.

Paddelstart vid Badplasten nedanför Stugbyn.

Hyrda kajaker/kanadensare ligger omärkta i kanotfällan. Två paddlar och två flytvästar ligger i varje kanadensare. Egen lista över hyrda kajaker. Personal kommer att finnas på plats.

De som har hyrda kajaker/kanoter uppmanas om att vara ute i god tid för att storleksanpassa båten och "testa att allt funkar".

Det finns ett obligatoriskt lyft med stämpling på hemvägen mellan S Gussjö och Vikaresjön.

Nissansjöarna är oftast lugna och fina sjöar med massa öar av olik storlek. De tävlande uppmanas att hålla till höger vid möten.

MTB

Cyklingen kommer att följa snitslad bana som ska köras 2 varv.

Snitslad bana ska följas!

Löpning

Banan från Isaberg 500 kommer att användas. Den är cirka 10 km och mycket kuperad.

Banan kommer att snitslas.

Banorna för löp och MTB överlappar två avsnitt. Här uppmanas både löpare och cyklister om att vara extra vaksamma och att ta hänsyn till varandra. Det kommer att vara skyltat och troligen bemannad vid delningarna (cykel och löp)

Starttid

Starttiden för alla klasser är kl 12.00.

Obligatorisk genomgång för alla tävlande vid TC kl 11.30.

Regler

Kontrollerna måste tas i rätt ordning och snitslad del av banan ska följas!

Det är inte tillåtet att gena över hustomter eller beträda förbjuden mark/Vägar.

Överträdelse medför tidstillägg/uteslutning.

Allmänna trafikregler gäller och ska följas

Förbjudet att springa och cykla på RV 26. Undergång är markerad på kartan. Övriga förbjudna områden markerade med rött på kartan och beskrivet under rubriken löpning.

Hänsyn till allmänheten måste beaktas.

Skräp får inte slängas utmed banan. Nedskräpning kommer att medföra tidstillägg om 10 min och kommer att kontrolleras!

Vid målgång cyklar de tävlande helt fram till mål och stämplar vid målkontrollen.

Duo får inte skiljas åt under tävling, max avstånd 50m.

Vid kontrolltagning ska båda lagets medlemmar passera max 5 meter från kontrollen.

Stämpling sker elektroniskt med sportident som erhålles av tävlingsarrangören och finns med i tävlingsmaterialet. Borttappad pinne måste ersättas 525 kr.

Tävlande som beslutar sig för att bryta skall genast kontakta tävlingsledningen. Frisk lagmedlem får inte fortsätta på egen hand.

Max tid är fram till kl 18:00. Efter denna tid registreras inga stämplingar ute på banan och lagen ska ta sig till mål och stämpla i målstämplingen.

Efter kl 1630 kortas cyklingen för de som inte redan har börjat på den (de får cykla ETT varv, men inte det sista).

Support är tillåtet i TC.

Kartor kommer att finnas för alla sträckor för de som önskar det.

Tävlingsjury kommer att etableras.

Protester måste vara juryn tillhanda senast kl 18 tävlingsdagen.

Obligatorisk utrustning

Nummerväst (ska bäras väl synlig också på paddlingen!)

Sportidentpinne (en per tävlande/lag)

Cykelhjälm cykeletapper

Flytväst under kanotetapper

Visselpipa en per lagmedlem, under kanotetapper

Rekommenderad utrustning

Extra slang, cykelpump, däcksavtagare och kedjebrytare

Kompass

Försäkring

Tävlingen sker på egen risk. Arrangören har tecknat försäkring Folksam K96.

Vätska

Vätska för de tävlande kommer att finnas vid växlingsområdet, Isabergstoppen, samt vid mål.

Servering

Middag ingår i startavgiften för alla tävlande. Mat serveras från kl 17-19 i

Värmestugan vid mål/varvning. Publik/support har möjlighet till att förköpa mat.

Fikamöjligheter/kiosk finns vid MTB-arena.

Restaurang finns vid TC

Toalett/Dusch

Toaletter, dusch och omklädning finns i anslutning till TC.

Prisutdelning

Prisutdelningen börjar cirka kl 18

Arrangör och upplysningar

Tävlingen arrangeras av GI Multi AB och Polis SM står Växjö Polisutbildning som värd för.

Kontaktuppgifter, tävlingsledning

Geir Inge Folkestad (Tävlingsledare) när det gäller allmänna frågor om tävlingen 070-3815118 gimulti@gmail.com

För poliser Jonas Andersson 0733-483000, jonas-e.andersson@polisen.se

Varmt välkomna till Isaberg!