



Start PM – Dalsland Gravel Race

Varmt välkommen kära deltagare till ett härligt event med likasinnade!

Vi ser mycket fram emot att hänga med er under dagen. Här har vi samlat information som är viktig för dig att gå igenom **innan** loppet. Har du frågor efter att du läst detta får du gärna höra av dig till oss via sociala medier eller så får du svar på plats under tävlingsdagen.

Nyhet för i år!

Nyhet för i år är att vi kommer att få **livesändning** från speakerhuset och reportrar som följer utvecklingen under loppet.

Ratta in på radio 45
98,1 MHz för norra Dalsland och södra Värmland
101,6 MHz för Mellerud och södra Dalsland
105,6 MHz för centrala Åmål
100,7 MHz för centrala Säffle

Om ni har anhöriga längre bort på <https://www.radio45.se/webplayer/>

TÄVLINGSDAG

Lördag 21:e september

PLATS

Långevi Idrottsplats i Bengtsfors.
Följ skyltar.

INCHECKNING

Fredag mellan 17.00 till 20.00
Från 07:30 på lördag.

Kom ihåg ditt startnummer för att underlätta proceduren när du hämtar ditt startkuvert i vårt sekretariat. Ha din licens framme för kontroll.

EFTERANMÄLAN

Görs på plats via webben fram till 1 timme före start. Onlinebetalning.

Starttider

Gemensam start organiserat i startgrupper, sök upp rätt startgrupp vid Långevi Idrottscentrum. Defilering genom centrum mot starten på banan. Omstart där, och startgrupperna släpps med mellanrum med egen starttid för varje grupp. Exakta tidsluckor meddelas före start. Det kan bli fler startgrupper om det blir många deltagare. Info i startområdet i sådana fall.

FREDAG

Klockan 10:00

320 km upplevelse med övernattnig
(instruktioner om vad som gäller
kommer separat till er som deltar här)

LÖRDAG

Klockan 05:00

320 km Upplevelse
(instruktioner om vad som gäller
kommer separat till er som deltar här)

Klockan 10:00

SM samt Swecup 160 km.
Motionsklass 160 och 80 km.

Startordning:

Elit Herr

Elit Dam

Junior H, H 30 till H 55

Junior D, D 30 till D 45

160, 80 km motion.

Klockan 12:00

Startordning:

SM samt Swecup 80 km.

Motionsklass 40 km

Startordning:

H 60 -

D 50 -

40 km motion

STARTGRUPP

Din klass har blivit tilldelad en startgrupp och du har ett eget ansvar att starta i rätt grupp. Din startgrupp kommer att vara skyltad på respektive startfordon. Direkt efter startlinjen där tidtagningen börjar sker en digital avläsning som vi kör mot startlistorna.

Vi vill ha en rättvis tävling och inte har cyklister som försöker förbättra sina chanser genom att smyga fram i leden.

Starten går vid tävlingscentrum och de första 3,5 km är en deadzoon och uppvisning.

Det kommer att rulla bilar mellan startgrupperna för att hålla isär startfältet. Njut av denna första del av banan.

NUMMERLAPP

Nummerlapp med chip ska sitta plant på styret. Tävlingsklasser har även dubbla nummerlappar på cykeltröjans yttre sidofickor bak.

Ute på banan

UTRUSTNING

Tänk på att kontrollera att cykeln är korrekt enligt reglementet, tex styre. Fritt cykelval i motionsklass.

BANMARKERINGAR

För alla banorna är det skyltar med gula pilar på svart bakgrund. Funktionär visar tydligt var långa och korta banan viker av åt varsitt håll.

LANGNING

Det är fri langning. Ni som har hjälp med lagning som åker med längs banan. Ni får gärna påminna dem om vikten av att parkera på ett bra sätt. Det vill säga, tänk på att parkera på gott avstånd från korsningar och vägskal så sikten är tydlig för andra bilar och deltagarna i loppet. Undvika att skymma sikten för hänvisnings och varnings skyltar.

DEPÅER

40 km: 25 km

80 km: 42 km + 69 km

160 km: 42 km + 96 km + 131 km

320 km: Frukost i Gustavsfors.

Lunch i Svaneholm. Middag i Billingsfors.

Depåerna finns även markerade på kartor på vår webbplats. Depåerna erbjuder vätska och energi som tuggas och på vissa ställen kaffe. Sportdryck från Umara. Viktigt att ha med egen energi som håller igång dig mellan depåerna. Se erbjudande från Umara i vårt nyhetsbrev.

SKRÄP

Vi har på senare år inte hittat något skräp efter banorna vid våra arrangemang. Ni som har varit med förut har varit fantastiska deltagare. Nu hjälps vi åt att hålla i det beteendet även om det är SM. Skräpzoner är vid depåerna. Vi vill hålla vår natur ren.

TEKNISKA ZONER

Tekniska zoner är fördelade efter bansträckningen. Se karta på hemsidan. Det finns inga restriktioner att få extern hjälp i motionsklasserna.

TRAFIKREGLER

Dalsland Gravel Race är förvisso ett tävlingslopp men det går på allmänna och privata vägar som inte är avlysta för vanlig trafik, och vi vill att ni är medvetna om att våra trafikvakter INTE har rätt att stoppa trafik utan det är ni som cyklister som måste vara uppmärksamma på all trafik längs vägen och följa de trafikregler som finns. Du som deltagare är skyldig att följa funktionärens tecken. Om de håller upp en röd flagga för att stoppa dig är du skyldig att göra det.

BRYTA LOPPET

Behöver du bryta loppet görs detta lämpligast vid en av våra depåer. Om olyckan är framme och du är i behov av sjukvård, eller du behöver bryta av annan orsak ring Jeanette som är koordinator för sjukvård och räddning 0738 19 36 75 Vid mycket allvarlig olycka 112 Vårt räddningsnummer finns även på din nummerlapp.

MOBILTELEFON

Du får gärna ta med mobiltelefon under loppet. Detta av säkerhetsskäl. Passa då gärna på att i förväg dela din position med dina anhöriga, så vet dom var du är.

Efter loppet / Övrig information

RESULTAT

Publiceras på <https://live.eqtiming.com/69656>. Länkar kommer även att finnas på vår FB- och Insta-händelse samt hemsidan under dagen.

PRISUTDELNING

Prisutdelning ca 30 minuter efter att den tredje placerade i klassen är i mål. Prisceremonin sker i målområdet. Info i högtalarna.

CYKELTVÄTT

Det kommer finnas möjlighet att tvätta av cyklarna efter målgång.

PARKERING

Vi rekommenderar att parkera vid följande ställen:

- Grusplanen vid Långevi Idrottsplats
- Kanalbåtparkeringen vid tankstationen ST1 vid infarten till Bengtsfors.
- Parkeringen bakom vårdcentralen intill den stora gula villan på Centrumv 2.
- Parkeringsplatser vid Utvecklingscentrum på Brogatan 8.
- Parkeringsplatser vid Sporthallen på Södra vägen 10E
- Busstationen på Floraleden nära Din-X bensinstation.
- Ställplatser för husbilar, avgift kan förekomma
- Folkets park, Valhallavägen
- Ställplats Bengtsfors, Ekagatan, Bengtsfors

Det är enkelt att komma till start med sin cykel från alla dessa parkeringar. Utöver dessa finns det lite parkeringar i centrum. OBS: ICA och Coops parkeringar är tyvärr inget alternativ då dessa är till kunderna (p-skiva 2h).

TOALETTER OCH OMBYTE

Toaletter finns tillgängliga nära start- och målområdet samt i omklädningsrum efter loppet. Efter loppet finns det möjlighet att duscha ca 200 meter från mål. Vill du förvara din väska vid start- och målområde kan du lägga den i Camp Dalslands incheckning. Camp Dalsland ansvarar inte för väskor och värdesaker.

PARKERING LÄNGS BANAN

Ni som har anhöriga som åker med längs banan för att heja, får gärna påminna dem om vikten av att parkera på ett bra sätt. Det vill säga, tänk på att parkera på gott avstånd från korsningar och vägskal så sikten är tydlig för andra bilar och deltagarna i loppet. Karta med rekommenderade publikplatser finns på vår hemsida.

I VÄNTANS TIDER

Medans loppen pågår har era anhöriga en Cykel och Dalslandsmässa att besöka vid tävlingscentrum. Hoppborg för barnen och även ett "gravel"-lopp för de minsta. Se info om barnloppet på vår hemsida. Det kommer att vara livemusik från scenen fram till det att målgångarna startar. Direktrapportering från loppet.

AFTER BIKE

Afterbike drar igång vid tävlingscentrum kl 14:00. Mat, dryck med trevligt cykelhäng. Liveunderhållning med jämna mellanrum. Kristoffer från Väanna gård spelar. Stenebygrytan lagar maten. Vi håller på så länge ni är kvar.

