



## PM för SMACK-Tempot i Odensala lördagen den 8 september 2018

### Tävlingsfakta:

**Distanser** Masters, Elit, Junior, DamE, H-Sport, D-Sport, **30 km.** P/F15-16, Djun **18km.** P/F10-12 **5 km.** P/F13-14 **10 km.** Nybörjare **1 km.**

**Startordning** Nyb, P/F10-12, P/F13-14, P/F15-16, Djun, D-sport, H-sport, Hjun, DamE, Elit, D60, D50, D40, D30, H75, H70, H65, H60, H55, H50, H40, H30.

**Första start** kl 11:01. En minut mellan tävlande, längre mellan klasser.

**SCFs Chip används för alla klasser utom Nybörjare** och finns att hyra för 200 kr för den som ej har eget (100 kr för ungdomar). Ej återlämnat chip debiteras deltagaren eller klubben med 990 kr.

**Start och mål** beläget vid Odensala kyrka, ca 5 km norr om Märsta. Nybörjare startar ute på banan efter 1 km och kör in till mål. Övriga klasser har start och mål vid Odensala k:a med VP efter 2,5 km, 5 km, 9 km eller 15 km beroende på distans, se karta.

**Efteranmälan** är tillåten på plats fram till kl 10:00 mot ordinarie startavgift + efteranmälningsavgift.

**Betalning** kan göras med kontanter eller Swish (nr 1231993724).

**Engångslicens** i sportklass kostar 200 kr och betalas vid nummerlappsutdelning.

**Nummerlapp** skall placeras något till höger på ryggen. Nummerlappen behöver ej återlämnas.

**Uppvärmning** på banan förbjuden efter kl. 11:00, får istället göras på vägen mot Märsta eller Knivsta.

**Cykelkontroll** kommer att genomföras inför starten, obligatoriskt för alla. Var på plats minst 10 min innan.

**Odensala skola**, belägen ca 400 meter från start och mål är centralpunkt för tävlingen.

**OBS!** På grund av förberedelser för valdagen kommer vi inte att kunna vara i Odensala skolas matsal utan i en paviljong på andra sidan skolgården, se skyltning.

**Vid och i skolan finns** Nummerlappar, kansli, och toaletter, öppet från ca kl 9:30. För rullstolsburna finns ingång med ramp till skolan och till omklädningen samt handikapptalett.

**Omklädning och Dusch** finns i Odensala Bygdegård bredvid skolan och paviljongen.

**Servering** med dricka, kaffe, bullar, belgiska våfflor, hamburgare, frukt, mm. kommer att finnas från kl 10:00.

**Parkering** sker på pendlarparkeringen, på skolgården och vid skolan enligt anvisningar. Ingen parkering på gården eller vid kyrkan, den parkeringen är till för kyrkobesökare och SL-buss i linjetrafik.

**Prisutdelning** kommer att äga rum i skolan vid tre tillfällen, ca kl 12:00 för Ungdomar, ca kl 13:00 för Junior, Elit och Sport-klasser och ca kl 15:00 efter avslutad tävling för Masters. Då sker prisutdelning även för Masters Cup tempo 2018.

**Resultatlista** kommer att finnas vid Odensala skola och kommer att publiceras på SMACKs hemsida [www.smack.se](http://www.smack.se) efter tävlingen samt i Tävlingskalendern i [www.swecyclingonline.se](http://www.swecyclingonline.se).

**Information** lämnas av Håkan Johnsson [hakan@smack.se](mailto:hakan@smack.se) tel 0703-55 50 85.

**Tävlingsledare** är Håkan Johnsson [hakan@smack.se](mailto:hakan@smack.se) tel 0703-55 50 85.

**Kommissarier** är Magnus Östberg och Bo Lövstrand.

**Sjukvård** från Sigtuna Civilförsvarsförening.

**Deltagandet sker på egen risk. SCFs tävlingsregler, Länsstyrelsens och Polisens bestämmelser och förordningar samt trafikföreskrifter skall följas.**

**Välkomna till Odensala den 8 september!**

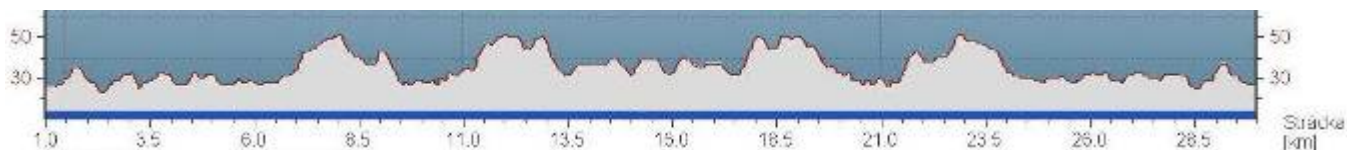


*Masters Cup*

PM godkänt av kommissarie Magnus Östberg



## Banprofil



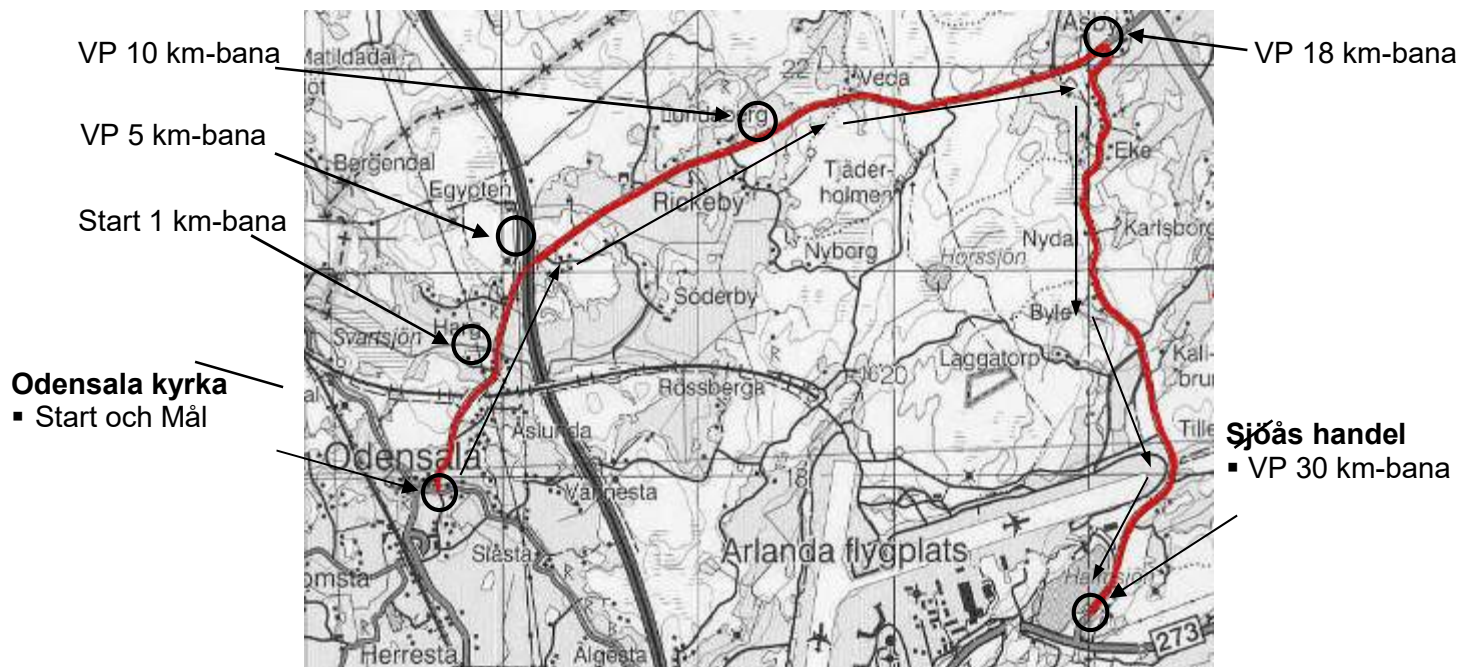
**Banan** är ganska krävande med totalt 208 meters stigning över de 30 kilometrarna och är normalt relativt glest trafikerad.

Den första delen av banan är småkuperad. De som kör 1 km, 5 km och 10 km har endast smärre höjdskillnader de som kör 18 km får en stigning och de som kör 30 km får två stigningar som ska passeras på ut- och hemvägen.

Ca 1 km före vändpunkten på 30 km-banan passerar ni inflygningen till den ena landningsbanan på Arlanda, om ett flygplan kommer låter det mycket men inga farliga vindar uppstår, håll i styret och titta på vägen.

Efter ca 9 km respektive 21 km passerar banan en T-korsning. Där svänger man höger på utvägen och vänster på hemvägen. Där råder det väjningsplikt så var speciellt uppmärksamma och gena inte över på andra körbanan eftersom det kan komma mötande cyklister eller fordon.

## SMACK-tempot - Bansträckning

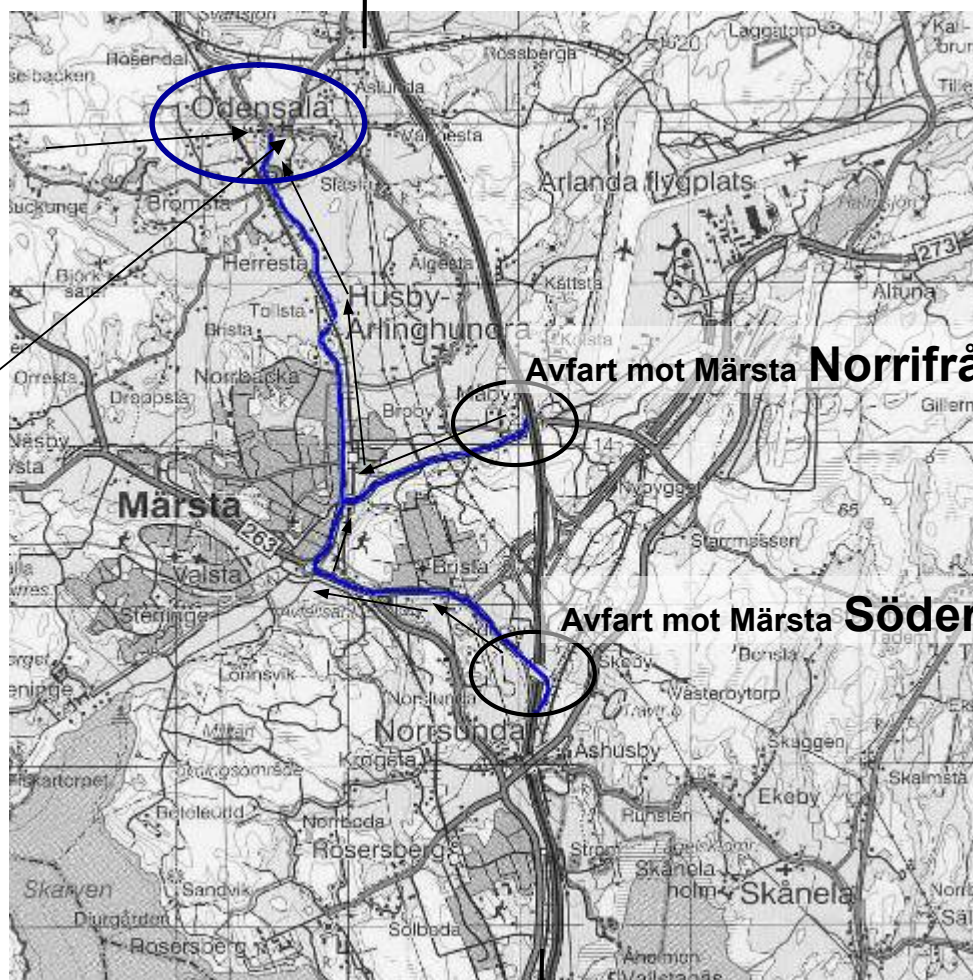






## Välkomna till SMACK-tempot! – Vägbeskrivning.

E4 – mot Uppsala



### Odensala skola

- Omklädning
- Nummerlappar
- Prisutdelning

### Odensala kyrka

- Start och Mål

Avfart mot Märsta **Norrifrån**

Avfart mot Märsta **Söderifrån**

E4 – mot Stockholm

### Färdväg till Odensala

Norrifrån via E4, Sväng av vid avfart mot Märsta, rakt fram i ca 2 km, vid järnvägen tag höger, passera Märsta station, efter ca 200 m tag vänster precis innan järnvägsövergången och fortsatt sedan rakt fram mot Odensala, se karta.

Söderifrån via E4, Sväng av vid avfart mot Märsta, rakt fram i ca 2 km, sväng höger mot Märsta Centrum i stora rondellen, rakt fram förbi Centrum och stationen, efter ca 200 m tag vänster precis innan järnvägsövergången och fortsatt sedan rakt fram mot Odensala, se karta.

Adressen till Odensala skola är: Odensala kyrkby 121, 195 92 MÄRSTA